



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG17346	<b>ImageGroup:</b>	I1KG17351
<b>LCCN:</b>	2003313731	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	ཤེས་རིག shes rig
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	n/a;n/a
<b>Place:</b>	dharamsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	bod gzhung shes rig las khungs/
<b>Date:</b>	2002-2011
<b>Volume:</b>	4
<b>Total Volumes:</b>	15
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



# ཐུའུ་ཤིག་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་



ཐུའུ་ཤིག་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་ཀྱི་འཕྲིན་ལྷན་





བཟླ་ཤིས་རྒྱ་མཚན་པ་བཟླ་།

(ཁ་ཤོག་རི་མོའི་འབྲེལ་པ་བཟླ་།)

༡། བཟླ་ཤིས་རྒྱ་མཚན་གྱི་གཟུགས་པར་ནས་ཤིས་འབྲུལ་རྩ་ཆོགས་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། ཡུལ་གྲོང་ཁྱིམ་སོགས་སུ་བཞོད་པའི་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་ནི། རིན་ཆེན་གདུགས་ཀྱིས་ནི། ཆེ་འདིའི་ནད་རིམས་གདོན་བགོགས་སོགས་པར་ཆད་མི་མཐུན་འགལ་རྟེན་དང་། སྤེམ་དཀ་སོང་གསུམ་དང་། ལྷ་མོའི་རྒྱག་བརྒྱལ་སོགས་འཕྲུལ་དང་ཡུན་གྱི་རྒྱག་བརྒྱལ་གྱི་ཆ་གདུང་མཐའ་དག་ལས་སྤྱོད་པས་གིང་། སུན་བདེའི་གྲིབ་པས་ལྷི་དག་པ་སྟོན་ཡངས་པོར་འབྲེལ་པ་འདི་རྟེན་འབྲེལ། གསེར་ལས་ནི། ག་རྒྱུད་རྣམས་རྒྱ་མཚོར་འདྲེགས་མེད་ཅི་དགར་འཕྲོ་ཞིང་རྒྱ་པ་རྩར་རང་གཞན་རྣམས་རྒྱག་བརྒྱལ་གྱི་རྒྱ་མཚོར་རྒྱུད་པའི་འདྲེགས་པ་མེད་ཅིང་། བདེ་ནས་བདེ་པར་གྲོགས་མེད་དུ་རང་དབང་གི་རྒྱ་ཞིང་རྟེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ། གདེར་ཆེན་དུམ་པས་ནི། ཆེ་དཔལ་ཡོངས་སྟོན་སོགས་བམས་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་དང་ཞི་བའི་ཕྱ་གཡང་འདོད་རྒྱ་མཐའ་དག་ཟང་མི་ཤེས་པ་འདྲི་བའི་རྟེན་འབྲེལ། བསྐྱས་ནི། དུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་མི་དགའི་ཤེས་སྟོན་གྱི་དྲི་མ་མཐའ་དག་དང་འབྲེལ་ཞིང་རྣམ་དགར་དགའ་བའི་འདབ་བརྒྱུག་པར་བཞན་དེ་གདན་བདེ་ངེས་ལེགས་སྤྱད་ཅིའི་བརྟུང་བཟང་ལྷུག་པར་འདོད་པའི་རྟེན་འབྲེལ། དྲུང་དགར་གཡས་འབྲེལ་གྱིས་ནི། གདུལ་པའི་ཁམས་དང་མོས་པ་དང་འཆམ་པའི་ཟབ་རྒྱས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱད་བྱངས་རྩ་མོར་སྟོག་པས་འགྲོ་བ་རྣམས་མ་ཤིག་པའི་མོངས་གཉིད་ལས་སྤོང་ཞིང་། རང་གཞན་གྱི་ཕན་བདེ་སྤྱུབ་པའི་བྱ་བར་བརྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ། དཔལ་ཤེལ་ནི། ཆོས་དང་ཤིད་གཉིས་གཅིག་གྲོགས་སུ་འཁྲུང་དེ་སུ་རྩུན་པ་ལྟ་བུ་བརྒྱད་དུ་སྟེལ་བ་དང་། དེ་འཕྲིན་དུ་འཕྲེལ་གྱི་དུས་སུ་ཐུབས་དང་གསེར་བཟུང་དུ་སྟེལ། རྟོང་པ་དང་རྟེན་འབྲུང་འགལ་མེད་ལྷན་དུ་འབྲེལ་བ། འབྲས་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དུས་སུ་མ་ཁུན་དང་བཅེ་བ་ལྷན་འབྲུག་པཅས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ། རྒྱལ་མཚན་གྱིས་ནི། རང་གཞན་གྱི་སྟོ་གསུམ་དུ་བ་དང་བཅས་པ་བར་ཆད་མི་མཐུན་པའི་རྟེན་གྱིས་བཞི་བ་མེད་པར་རྒྱལ་བ་དང་། སང་རྒྱས་ཀྱི་བརྒྱན་པ་མེན་པོ་ཆེན་གསལ་བདུད་རིགས་ཀྱི་གཡུལ་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ། གསེར་གྱི་འཁྲིར་ལོས་ནི། རྒྱལ་བའི་ལྷན་དང་རོགས་པའི་དམ་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རིན་པོ་ཆེ་འདྲིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འཁོར་ཞིང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྟེ་རྒྱ་རྣམས་རྣམ་གྲོལ་དགའ་བའི་དཔལ་ཡོན་ལ་འཁོར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བཅས་རྒྱ་མཚན་པ་བཟླ་གི་གཟུགས་པར་ནས་ཤིས་འབྲུལ་པར་དུ་མ་ཆོས་པ་དེར་བཟླ་ཤིས་ཀྱི་དགོ་མཚན་འཕེལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོས་པ་ལགས་སོ།། ( ༡༧༡ )ལོའི་གདམ་ཆོགས་ལས་སྤྱང་། )



30346 (111-82)

# ཐེམ་པེ་ཐེམ་པེ

༣༠༠༥

བོད་གཞུང་གིས་རིག་ལས་སྒྲུངས།



- དུས་དེའི་འདིའི་དམིགས་ཡུལ་ནི། བོད་མིའི་སྤྱི་ཚོགས་སྤྱི་དང་སྒྲིམ་སུ་སྒྲིབ་གྲུ་ཁག་གི་དགེ་ཆན་ཆོའི་ཤེས་ཡོན་དང་  
རིག་གཞུང་གི་གནས་ཚད་གོང་དུ་སྒྲེལ་རྒྱ་དེ་ཡིན།
- དུས་དེའི་འདི་ཉུང་མཐར་ལེ་རེ་ཐངས་རེ་འདོན་རྒྱ།
- དུས་དེའི་འདིའི་ནང་ཤེས་ཡོན་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གཞུང་། ཡ་རབས་བཟང་སྤྱོད། སྒྲིབ་གྲུའི་སྒྲིབ་ཆན་  
དང་འབྲེལ་ཡོད་ཁག་སྒྲིབ་ཁྱིད་ཐབས་ལམ། ཆན་རིག་དང་ཨང་ཕྱིས། སྤྱི་ཚོགས་རིག་གནས་སོགས་དེང་དུས་  
ཤེས་བྲུ་ཁག་བཅས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་འགོད་རྒྱ།
- རྒྱ་ཆེད་མཁས་པ་ཁག་དང་། ཚུམ་པ་པོ། དགེ་ཆན། རྒྱུག་པ་པོ་བཅས་ནས་གོང་གསལ་ནང་དོན་ཅན་གྱི་ཚུམ་  
ཡིག་དང་། ལེགས་སྒྲེལ་ཉེས་འགོག་གི་དགོངས་འཆར་གནང་བར་དགའ་བསུ་ཞུ།
- ཚུམ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེའི་ཐོག་བཞུགས་ཤིང་ལེགས་གཟོའི་ཚུམ་ཡོན་འོས་འཆམས་ཤིག་འདི་གའི་གདན་འབེབས་  
གཞི་བཟུང་འབུལ་རྒྱ་ཡིན།
- ཚུམ་སྒྲིག་པ་འམ་ཚུམ་པ་པོའི་མིང་འཁོད་ཚུམ་ཡིག་རྣམས་ལ་བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལྷ་བ་ཡིན་པས་མ་ཁུབ།
- ཚུམ་ཡིག་གང་ཞིག་དུས་དེའི་ཐོག་འགོད་མིན་གྱི་དབང་ཆ་དེ་ནི། དུས་དེའི་ཀྱི་ཚུམ་སྒྲིག་པར་ཡོད།
- འདི་གར་བསྐྱར་འབྱོར་བྱུང་བའི་ཚུམ་ཡིག་རྣམས་དུས་དེའི་ཐོག་བཞུགས་མིན་ལ་མ་ཁྲོམ་པར། ཚུམ་ཡིག་སྤྱིར་སྒྲིག་  
བྱེད་རྒྱ་མིན་ན། དོ་བདག་སོ་སོས་མ་སྤྱི་ཉར་ཆགས་གནང་དགོས།

ཚུམ་སྒྲིག་པ། རྒྱང་ཆེ་རིང་།

ཞུ་དག་པ། ར་ག་སངས་རྒྱས་བསྟན་དར།

ཁ་ཤོག་རི་མོ། ཆེ་བདན།

དེབ་གཟུགས་དང་ཁ་ཤོག་བྱས་འགོད། རྒྱང་ཆེ།

བོད་གཞུང་ཤེས་རིག་ལས་ཁུངས་ནས་དཔར།

Editor: Chung Tsering

Cover Art: Tseten

Cover Design & Layout: ChungTse

Published by Department of

Education (C.T.A.)

ཚུམ་ཡིག་གཏོང་ཡུལ་ཁ་བྱང་གསལ་གསལ།

Editor of SHERIG Journal

Department of Education (C.T.A.)

Gangchen Kyishong

Dharamsala - 176215 (H.P.) India

E-mail: education@gov.tibet.net

Fax: 01892 223481

ཤེལ་འཛིན།



འདོན་ཐེངས་བཞི་པ།

## དཀར་ཆག

པོད་རིག་པའི་བྱང་བ་དང་འབྱུང་འགྱུར་སྒོར་མདོ་ཙམ་བཤད་པ་ལས་		
པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒོར།	ནམ་ཤུལ་མཁུན་རབ་འོད་གསལ།	༡
སྟོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཆོམས།		༡༡
གཡུང་དྲུང་བོན་སྒོར་གྱི་རྒྱན་གསུང་འགའ་ཞིག	དགེ་བཤེས་སྟོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།	༡༣
རག་དབང་ཕུན་ཆོགས་ལགས་སུ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པ།		༢༥
པོད་ཀྱི་རྒྱུས་གར་གྱི་བྱད་ཆོས་དང་གོང་སྤེལ་སྒོར་གྱི་བསམ་ཚུལ།	དོ་རྩེ་དབང་ཕུག	༥༡
རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་རྒྱ་ཆེར་བཤད་པ་ལ་དོགས་སྒོར་འགའ་ཞིག	ཆབ་ཕྲག་ཤིན།	༥༣
སྟན་རག་མེ་ལོང་རྒྱན་འཛིན་གྱི་དོན་སྟོང་དང་བྱ་ཐབས།	རྒྱ་ཆོགས་ཆོས་གྲགས།	༦༥
གཞིན་ནུ་དུག་གི་དོགས་པ་བརྗོད་པའི་འགྲེལ་ཆུང་དོན་བསྟུན།	ལྷ་མོ་རྒྱལ་པ།	༡༡༣
ལེ་ཐོ་ལྷ་སྤངས་རྒྱས་པ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ།	ཨ་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།	༡༢༣

༡༡། བོད་རིག་པའི་བྱང་བ་དང་འབྱང་འགྱུར་སྒྲོར་མདོ་ཙམ་བཤད་པ་  
ལས་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྒྲོར།

དུས་དེབ་གོང་མའི་འཕྲོ།

ཉན་ཤུལ་མཁྱེན་རབ་འོད་གསལ།

བོད་ཡིག་དང་བོད་དྲུ་དར་བའི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་བཤད་པ།

བོད་དྲུ་དར་བའི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དང་། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་ལོ་རྒྱུས་  
ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་བོད་ཡིག་དང་ཆོས་ལུགས་གཉིས་དར་ན་དར་མཉམ་དང་། རྒྱ་  
ན་རྒྱ་མཉམ་ཡིན་པ་ད་ལྟ་རང་རེས་ལོ་ངོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཐུ་མིག་ཅིག་བརྩས་  
ན་གསལ་པོ་ཡོད་པ་རེད། ད་ལྟ་རང་རེས་སྟོད་བཞིན་པའི་བོད་ཡིག་ཐོན་མི་ལོ་ཙཱ་བས་ཐོག་  
མར་གསར་གཏོད་མཛད་སྐབས་དང་། ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་བའི་དུས་གཉིས་ཀྱང་དུས་  
མཚུངས་པ་འདི་ལ་ལེགས་པར་བསམས་ན་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་བའི་དགོས་  
པ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་བོད་ཡིག་གསར་བཅོ་གནང་བ་ཡིན་སྟེད་པ་ནི། སྟོང་བཅན་ནས་ཡར་  
བཅོས་པའི་རྒྱལ་པོ་དུག་པ་རྩ་ཐོ་ཐོ་རི་གཉན་བཅན་གྱི་དུས་སུ་རྒྱ་གར་གྱི་པ་རྩི་ཏ་སྟོ་མེམས་འཆོ་  
དང་། ལོ་ཙཱ་བ་ལི་ཐེ་སི་རྣམ་གཉིས་ནས་འབྱེར་འོང་བའི་བྱུགས་རྩི་ཆེན་པོའི་མདོ་རྒྱུད་ཀྱི་ཆོས་

སྒྲིབ་ཆམས་ལ་གཉན་པོ་གསང་བ་ཞེས་མིང་བཏགས་ཤིང་ཅ་ཆེན་དུ་བཅིས་ཏེ་རྒྱལ་ཐོག་དུག་གི་རིང་ལ་བསྐྱར་མ་བྱལ་པར་ལུས་པ་དེ་ཐོག་མ་རང་ལ་མཁན་པོས་ཆོས་སྒྲིབ་དེ་དག་བསྐྱར་ཏེ་བོད་ཁམས་སུ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྲོལ་བཏོད་པར་གྲགས་སོ།།

རྒྱ་མཚན་དེ་དག་ལ་བསམས་ན་གནའ་དེང་གི་མཁས་པ་རེ་འགས་སྤྱིང་བཅན་གོང་དུ་བོན་གྱི་ཆོས་ལུགས་ལོ་དེ་སྟེང་ཅིག་དུ་དར་བ་ཡིན་པས་བོད་ལ་ཡིག་མེད་པ་མི་སྤྱིད་གསུངས་ཀྱང་གལ་ཏེ་སྐབས་དེར་བོད་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་ཡིག་ཞིག་ཡོད་ན་གཉན་པོ་གསང་བའི་ནང་དོན་མཛོགས་པར་རྒྱལ་ཐོག་དུག་གི་རིང་ལ་ལུས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མི་འདུག་སྟེ། དེས་ན་ད་བར་ལོ་ཆིག་སྟོང་ལྷག་གི་རིང་རང་རེས་སྤྱད་པའི་བོད་ཡིག་འདི་ནི་བོད་རྒྱལ་སྤྱིང་བཅན་དུས་ཐོན་མིས་གསར་བཟོ་མཛད་པར་བེ་ཆོམ་མི་དགོས་པ་ཡིན་པ་དེ་བ་དཀར་ལས་ཀྱང་། “ལར་རྒྱལ་པོ་འདྲིའི་ཕྱག་རྒྱུ་གཙོ་བོ་གསུམ་ནི། བོད་ཀྱི་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་ས་བྱོན་དུ་བསྐྱེད་པ་དང་། རྩོན་ཆད་མེད་པའི་ཡིག་འདི་སྲོལ་སྤེལ་བ་དང་། རྒྱལ་པོའི་བཞུགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཐོག་མར་སྤེལ་བ་འདི་ནམས་ཡིན་ནོ།།” ཞེས་གསུངས་པས་ཉན་གལ་བུ་བོ། །སྤྱིར་སྐབས་དེར་བོད་ཡིག་གསར་བཟོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་དེས་ན་འདྲ་གཙོ་བོ་བོད་ཡིག་གསར་བཟོ་མཛད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་བོད་ཀྱི་པཎ་སྐབ་ཏུ་ཅང་མང་པོས་མངའ་བདག་གི་རལ་གྱི་སྐུ་དུས་བར་རྒྱལ་པོའི་བཀའ་དང་། རྒྱལ་འདུག་གི་བཞུགས་བཅོས་སོགས་མདོ་རྒྱུད་མན་ངག་རིག་གནས་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བུ་ཞིག་བོད་ཡིག་དུ་བསྐྱར་བ་ནི་མཐོང་དུ་མེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཙམ་མིན་པར་ད་ལྟ་རང་རེས་མཛལ་དུ་ཡོད་པ་འདི་ག་ལགས་ཤིང་། སྐབས་དེར་བོད་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་བ་ཙམ་རྒྱ་གར་དུ་འང་མ་བྱུང་བ་བཞུགས་པ་ཕྱི་དར་གྱི་དུས་སུ་བོད་དུ་ཕེབས་པའི་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་གའི་ཞལ་རྩ་ནས། “དེ་དུས་བོད་ཀྱི་བཞུགས་པ་འདྲ་བ་རྒྱ་གར་དུ་ཡང་མ་བྱུང་བར་འདུག་” ཅེས་གསུངས་པས་ཀྱང་ཉན་གལ་།

བཞུགས་པ་རྩ་དར་དུས་རྒྱལ་ཐོན་ཆམས་ཀྱིས་འཛིག་ཉེན་སྤྱིད་ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལའང་བོད་

ཡིག་སྒྲིག་ཡོད་པ་གཏོགས་མི་ཟ་བ་ཡིན་པ་ནི། ཏུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ཕྱང་པའི་ཏུན་ཏོང་གི་གཏོར་ཡིག་དག་དང་། རྗེ་རིང་གི་ཡིག་ཆ་མས་ཀྱིས་ཀྱང་ར་སྤོད་ཐུབ་པ་ཡིན། འདིའི་ཐད་ལ་དེ་བ་དཀར་ལས། “རང་རེ་རྒྱལ་ལའང་སྤོན་གྱི་ཏུས་སུ། རྒྱལ་སྤོན་དེ་དག་གིས་ལོ་དང་ལྷ་པ་རེ་བཞིན་ཅི་མཛད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་ཡོད་པ་གོར་མ་ཆག་ལ། འོན་ཀྱང་ལྷ་སྐྱེས་དར་མའི་རྗེས་འབངས་ཀྱི་ལོག་ཕྱང་བ་ནས་བཟུང་རྒྱལ་རྒྱུད་རྒྱལ་ཀྱི་བཞུགས་ལུ་ཏུ་མར་སྤོས་པ་དང་། སྤོད་སྤྱད་ཀྱི་ཏོར་དམག་གི་འཛིགས་པ་ལན་གཉིས་སམ་གསུམ་དུ་བྱུང་བ་སོགས་ཁམས་ཀྱི་དར་རྒྱུད་སྒྲ་ཆོགས་ཕྱང་པའི་བར་ལ་རྒྱལ་རབས་རྒྱལ་ཀྱང་ཅ་མེད་དུ་ཡལ་དེ། ཏུས་ཕྱིས་ཅ་ན་ཆོས་དང་འབྲེལ་བའི་མཛད་འཕྲིན་ཅི་གནང་གི་ལོ་རྒྱུས་ཅམ་ལས་ལྷག་མར་མ་ལུས་པ་འདི་ལྟར་གྱུར་ཅིང་”ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། དོན་དུ་ལྷ་སྐྱེས་དར་མའི་རྗེས་ཅམ་ལ་ཐོག་མར་བོད་ནང་ཁུལ་དུ་ཆིག་སྒྲིལ་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་དུ་མ་ཞིག་བྱུང་ནས་ཐ་ན་སྤར་བོད་རྒྱལ་ཆོའི་བང་སོ་ཁག་གི་རིག་གཞུང་གནའ་རྗེས་རིན་ཐང་བྲལ་བ་རྒྱལ་ཀྱང་གཏོར་བརྒྱག་བཏང་སྟེ་བོད་དང་བོད་ཆེན་པོའི་དཔལ་ཡོན་ཉམས་པའི་འགོ་ནང་ནས་བརྩམས་ཤིང་། རིམ་བཞིན་གོ་སྐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ནས་ཀྱང་ཁི་དག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱིས་ཐབས་ལམ་བརྒྱད་འཛིག་རྟེན་སྤྱད་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་འགངས་ཆེན་ཁག་དང་། རིག་གཞུང་གི་གནའ་རྗེས་གངས་མེད་ཅིག་མི་མངོན་པའི་དབྱིངས་སུ་རྒྱས་བཏབ་པ་དེ་ཆོད་ལྟ་རང་རེའི་དུན་པའི་ལུལ་ཅམ་དུ་གྱུར་པ་ལགས། འོན་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་རྒྱལ་ལ་གཏོར་བརྒྱག་ཆབས་ཆེན་དེ་ཅམ་མ་བྱུང་བར་གནས་ཐུབ་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཁ་གས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། ཐོག་མར་ནང་གི་གཏོར་བརྒྱག་མཁའ་ཆོས་སྤྱད་དབང་འཕྲོག་རེས་བྱེད་པ་དང་། རྒྱུད་ངོས་འཕྲོག་བཅོམ་བྱེད་པ་ལས་ཆོས་ལུགས་གཏོར་བརྒྱག་བཏང་ན་བོད་མི་སྤྱི་མི་དགའ་བ་དང་། ལྷ་ལོག་པའི་ངན་མིང་ཡོང་རྒྱུར་འཛིགས་ཏེ་ཅི་མི་སྐྱམ་དུ་བཞག་པ་དང་།

གཉིས་པ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ནི་སྐབས་དེར་ཤིང་དཔར་སོགས་མེད་ཀྱང་བོད་རྒྱུབ་

དུ་ཆོས་དཔེ་བྱིས་མཉི་གངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡོད་པས་ཅ་མེད་དུ་འགྲོ་དཀའ་བ་དང་། འཇིག་  
རྟེན་སྲིད་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་ནི་སྐབས་དེར་བོད་ཀྱི་བྱ་བ་དུ་མེད་པར་ཤིན་དུ་ཉུང་བ་  
ཞིག་ལས་མེད་པས་གཏོར་བརྒྱག་གཏོང་བ་དེ་བ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་དུ་ནོར་ཞེས་པའི་ས་གནས་ནས་  
བོད་ཀྱི་ཁག་གི་དུས་སུ་བྱིས་པའི་འཇིག་རྟེན་སྲིད་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་དཔེ་རྙིང་ཕོན་ཆེ་  
བོན་པ་རྣམས་ནིར་བདག་པོའི་ལག་དུ་འཕྲོད་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས་ཀྱང་དེ་ལས་ཐོག་སྡེ་ཀྱི་ཀྱུ་  
ཁབ་དུ་མས་བཤོ་བཤའ་བྱས་ཏེ་རང་རང་གི་ཀྱུ་ལ་ས་ན་ནོར་བུ་ལྟར་བརྩིས་ཏེ་ཡོད་པ་རྣམས་མཁས་  
དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་ཉེན་ཁར་མ་འཛེམས་པར་ཐབས་ལམ་དུ་མ་བརྒྱད་དེ་བྱུང་  
བ་རྣམས་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བཞི་བརྒྱ་པར་དེབ་དཀར་དུ་བཀོད་དེ་ད་ལྟ་རང་རའི་  
མིག་ལམ་དུ་གྱུར་པ་འདི་ག་ལགས་ཤིང་། དཔེ་རྙིང་དེའི་གསལ་ཕོན་ཆེན་ཞིག་སྐབས་དེར་པེ་  
ཅིང་དུ་འང་ཁྱེར་ཞེས་བཤད་འདུག་ཀྱང་ད་ལྟ་གང་དུ་ཡོད་ཆ་མ་འཆལ།

ཀྱི་མཆན་གསུམ་པ་ནི་བོད་ཀྱི་ཆོས་བྱེད་མི་སྣ་ཙམ་མ་ཟད། བོད་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆོས་  
ལུགས་ཀྱི་ནང་དོན་ཤེས་མིན་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཆོས་དཔེ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རྟེན་གསུམ་གྱི་ནང་ཆན་  
གསུང་རྟེན་དུ་བརྩི་བཞི་སྤར་ནས་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཡོད་པ་ཡིན་པས་བོད་མི་ཀྱུན་གྱིས་ཆོས་དཔེས་  
མཆོན་པའི་རྟེན་གསུམ་ལ་སྤྱང་སྦྱོབ་བྱེད་པའི་གོམས་གཤིས་ཡོད་ཅིང་། འདིའི་ཐད་ཀྱི་དཔེ་  
ངོ་མཆར་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། ཀྱུ་པོ་སྤང་དར་མས་བརྟན་པ་བརྟུབས་པའི་དུས་དཔལ་ཚུ་  
བའི་འོ་སྒོ་གྲ་ནས་དམར་བན་གྲུ་མུ་ནེ་དང་། གཡོ་དགེ་འབྱུང་། གཙང་རབ་གསལ་གསུམ་  
གྱིས་འདུལ་མངོན་གྱི་ཆོས་དཔེ་རྣམས་ཁྱེར་ཏེ་སྒོ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་དཀའ་སྤྱད་གྱིས་ཐོག་  
མར་མངའ་རིས་སུ་བྱོས། དེ་ནས་དོར་ཡུལ་ལ་བྱོས། དེ་ནས་མདོ་སྤྱད་དུ་བྱོས་ཏེ། དེར་  
ཀྱུ་པ་བརྟན་སྡེལ་བར་མངོན་པ་ལྟ་བུ་དང་། འདིའི་སྒོར་དེབ་སྡོན་ལས་ཀྱང་འདི་ལྟར་གསུངས་  
པ་བརྟན་པ་བརྟུབས་སྡེལ་བོད་ཀྱི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསུ་པར་



བྱས་ནས་ལྷ་ས་དང་བསམ་ཡས་ལ་སོགས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་ཆེན་པོ་ནམས་མ་ཞིག་གི་མ་  
དང་རི་སྐལ་ན་གནས་པའི་རྒྱལ་ས་པ་རྟེན་སྐྱོད་ལྷ་ས་པ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྐྱབ་  
པ་ཚུ་ལ་བཞིན་དུ་ཉམས་སྲུང་ས་གིང་བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་ཡང་གུས་པར་བྱས་པས། མངའ་བདག་  
རལ་བ་ཅན་ཡན་ཆོད་དུ་འགྱུར་བའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཕུན་ཉམས་ལེགས་པར་བསྐྱུངས་  
པས། སྤྱོན་འགྱུར་བ་ཡལ་ཆེ་བ་ད་ལྟ་ལོངས་སྤྱོད་དུ་ཡོད་པ་འདི་ཡིན་ལ་ཁྱེས་གསུངས་པ་  
ལྟར་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་ཐོག་ཆོས་ལུགས་སོགས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལ་ཉམས་ཉེས་ཆེ་ཆུང་ཅི་འདྲ་  
ཞིག་བྱུང་སྐབས་ཐོག་མར་རྟེན་གསུམ་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལས་ཆོས་ལུགས་མིན་པའི་དཔེ་ཆའི་  
རིགས་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་གནའ་རབས་བོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་སྤྱིད་ལུགས་ཀྱི་  
དཔེ་ཆ་ནི་ཆོས་དཔེའི་བརྒྱ་ཟུར་རེ་ཟུང་ཡང་མེད་པའང་རྒྱ་མཚན་དེར་བྱག་པ་ཡིན།

རྒྱ་མཚན་བཞི་པ་ནི་སྤྱང་བཅོན་ནས་ཁྱི་རལ་བར་བོད་ཀྱི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དེ་ལ་གྲུབ་  
མཐའ་མི་འདྲ་བ་སྤྱོད་ཆོག་སྲུང་མེད་པས་ཆང་མ་མ་བཟོས་གཅིག་མཐུན་གྱིས་སྤྱང་སྤྱོད་  
པ་ལས་གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བའི་ཕྱོགས་འཐེན་གྱི་སྤྱོན་ཆའང་མེད་པ་ཡིན། གཙོ་ཆེ་བ་གོང་གི་  
རྒྱ་མཚན་བཞི་ལ་བརྟེན་བོད་ལ་དར་རྒྱས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཡང་འཛིག་རྟེན་སྤྱིད་ལུགས་དང་འབྲེལ་  
བའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་དང་མི་འདྲ་བར་ཆོས་དཔེ་ནམས་རྒྱུན་རིང་གནས་ཐུབ་པ་ཡིན། དེ་  
བཞིན་གོང་དུ་དེབ་དཀར་གྱི་ལུང་སྒྲོས་པ་བཞིན་སྤྱི་ནས་ཀྱང་འཛིགས་པ་མི་ཉུང་བ་བྱུང་ཡོད་  
ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ཙུ་མེད་གཏོང་མ་ཐུབ་པའམ་མ་བཏང་བ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་དང་པོ་ནི། བོད་  
མི་ཀུན་གྱིས་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་དེ་ནི་ད་ཅང་གཏོང་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་བྱུང་དུ་གནས་པས་ཙུ་བརྒྱལ་  
གཏོང་རྒྱ་དེ་སྐབས་བདེ་པོ་ཞིག་མིན་པ་དང་། རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་ནི། ལོ་རང་ཆོའང་ཆོས་  
ལ་དད་པ་ཡོད་ཁྲུལ་གྱིས་ཆོས་ལུགས་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་འཚམ་རེ་བྱས་ན་ཁོ་ཆོའི་འདོད་དོན་སྐྱབ་  
པའི་ཐབས་མཚོག་སྒྲ་ན་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཏེ་གནས་ཐུབ་པ་རེད། སྤྱང་དར་གྱི་པ་སྟན་  
པ་བསྐྱུབས་ཏེ་མི་ལོ་བདུན་རྒྱ་ཙུ་བརྒྱད་པ་ལ་ཁམས་ནས་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དབྱུས་སྤྱོགས་

སུ་དར་བ་རེད། དེ་ལ་བསྟན་པ་སྤྱི་དར་ཞེས་གྲགས་པ་རེད། དེ་དུས་པོད་སེལ་བུར་གྱར་ཏེ་  
བསྟན་པ་སྤྱི་དར་སྐབས་ཀྱི་པོད་ཀྱི་སྟོབས་ཆེན་པོ་དེ་ཉམས་ཉེས་སུ་གྱུར་ཟིན་ཏེ་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་  
རྒྱུད་དག་གི་གནས་ཡུལ་ཡང་ཁ་འཐོར་དུ་གནས་པ་ཡིན་ཡང་པོད་དུ་དར་བའི་ནང་པའི་ཆོས་  
ལུགས་ནི་བསྟན་པ་སྤྱི་དར་གྱི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆར་གཞི་བརྟན་པོ་དེའི་ཐོག་མངའ་རིས་ཙམ་ལ་  
དབང་སྐྱུར་བའི་པོད་ཀྱི་རྒྱལ་རྒྱུད་དག་གིས་སྐར་ཡང་ལུས་སྟོག་ལོངས་སྟོང་པར་མེད་དུ་སྤྱད་  
དེ་སྤར་གྱི་རྒྱུན་མཐུད་དེ་ལོ་ཆེན་རིན་ཆེན་བཟང་པོ་སོགས་པོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་མང་པོ་རྒྱ་གར་དང་  
ཁ་ཆེ་སོགས་སུ་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་སྟེ་དེ་ལོ་རྒྱུ་བ་ཕུལ་དུ་བྱུང་བ་མང་པོ་ཐོན་པ་དང་། དེ་དག་  
དང་རྒྱ་གར་དང་ཁ་ཆེའི་ཕྱི་ཏུ་ནམས་ནས་སྐར་ཡང་ནང་པའི་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་རྒྱ་མཚོ་  
རྩ་བུ་པོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱུར་བ་དང་། འཆད་ཉན་གྱི་རྒྱུན་ཡང་དབར་གནས་པ་ཡིན། ཁོང་གི་  
ལོ་རྒྱུས་ངོ་མ་དེ་ཆོའི་ཐོག་ནས་བརྟན་ན། པོད་ཡིག་གིས་མཚོན་པོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ཆོས་  
ལུགས་གཉིས་པོ་ནི་དར་ན་དར་མཉམ་དང་། འཛིག་ན་འཛིག་མཉམ་ཡིན་པ་མཐོང་ཐུབ། སྤྱིར་  
ཡིག་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་འཛིག་རྟེན་གྱི་བྱ་བ་གང་དང་གང་ལའང་  
སྟེད་ཆོག་མོད། པོད་མི་ཆོའི་གོམས་གཤེས་ལ་པོད་ཡིག་ནི་ཏུ་ལམ་ཆོས་ལུགས་རྒྱང་པའི་དོན་  
རྟོན་ཤེད་ཅིག་ཡིན་པའི་ཆོར་སྤང་སྟེ་བ་རེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི། རྟན་གྱི་གོང་  
རྒྱུན་ལས། “སྤྱི་བརྒྱ་ཐ་མར་གྱུར་པ་ན། །ང་ཉིད་ཡི་གེའི་གཟུགས་སུ་སྤྱང་། །ང་ཡིན་སྐམ་  
དུ་ཡིད་བྱོས་ལ། །དེ་ཆེ་དེ་ལ་གུས་པར་གྱིས།” ཞེས་གསུངས་པ་དང་། དེའི་དབང་གིས་  
གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་རྟེན་གསུམ་གྱི་བྱེ་བྲག་གསུང་རྟེན་ཡང་ཡི་གེར་བརྩི་བ་རེད། ལར་པོད་  
ཡིག་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ཡིག་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་། དེའི་ནང་དོན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་  
དེའི་དགོངས་འགྲེལ་དག་གི་ནང་དོན་ལ་དད་གུས་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་དུ་ཡིན་པ་ལས་ཡི་གེ་  
ཙམ་ལ་དད་གུས་བྱེད་དགོས་པ་ཅི་ལ་ཡིན། དེ་འདྲ་ཡིན་ན་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པའི་ཐྱོག་ཐྱོགས་  
ཀྱི་ནང་དོན་འཁོད་པའི་ཡི་གེ་ལའང་དད་གུས་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཡི་གེ་ཙམ་ཡིན་པ་འདྲ་བའི་



ཅད་མཁུན་པའི་གོ་འཕང་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དེ་ཡིན་ན་ཐ་སྟོད་ཀྱི་རིག་གནས་མི་མཁུན་པའི་ཐམས་  
ཅད་མཁུན་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡོང་། དེ་བཞིན་བོད་ཡིག་གྲ་བཙུན་གྱིས་མ་གཏོགས་སྟོབ་སྟོལ་མེད་  
པ་དེས་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་གྲོང་གུན་ཆེན་པོ་ཞིག་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། རང་རེ་བོད་  
ཀྱི་མི་གངས་ལ་དཔགས་པའི་ཡིག་ལོང་གི་མིའི་གངས་ཆད་ཀྱང་མཐོན་པོ་ཡིན་པའང་དེ་ལ་ཐུག་  
པ་རེད།

དེ་བཞིན་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་སོགས་དང་རིག་གནས་སྟོབ་སྟོལ་མེད་པ་དེ་མ་  
གཞི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ཆོས་ལུགས་སོགས་མི་ཉམས་པའི་ཐབས་སུ་བསམས་པར་སྒྲུང་  
ཡང་དོན་ལ་དེས་ཀྱང་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་གྲོང་གུན་ཆད་ཆེ་བ་ཞིག་བཟོས་ཤིང་། ཁྲོན་པའི་སྤྱལ་  
བའི་སྤྱན་རྒྱ་རུ་གྱུར་པ་ཞིག་བྱུང་བ་རེད། མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མིན་པའི་རིག་གནས་  
དང་ཆོས་ལུགས་སོགས་ཇི་སྟེད་བར་མི་ཉམས་པར་གནས་དགོས་པ་ནི་རང་རེ་བོད་ཙམ་མ་ཟད་  
མི་རིགས་སུ་འདྲ་ཞིག་རུང་མིག་འབྲས་ལྟར་སྤྱང་སྟོབ་བྱེད་དགོས་རྒྱུར་ཐེ་ཆོམ་སྤྱི་ཙམ་མེད་  
པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྤྱང་སྟོབ་བྱེད་སྟོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་བྱུང་དོར་ཅི་འདྲ་ཞིག་དགོས་པ་མཁམ་  
དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཁེལ་གྱིས་བོད་མི་རིགས་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་གསུང་འདི་འདྲ་ཞིག་གཙང་  
ཡོད་པ་སྟེ། “ཐམས་ཅད་ཁོང་དུ་སྟེད་པ་ཟབ་མོར་སྟོམས། །ཀུན་ལ་དོགས་པ་ཟ་བ་གྲུང་པོར་  
བྱེད། རྟིང་པ་ཐམས་ཅད་སྟེ་ལྟ་སྟོལ་དུ་བསྒྲག། །གསར་པ་ཐམས་ཅད་བདུད་ཀྱི་འཕྲུལ་དུ་  
སེམས། །ངོ་མཆར་ཕལ་ཆར་ལྟས་ངན་ཉིད་དུ་སྟོམ། །ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁམས་ཏི་ཐོ་ཏ་ཡི་སྟོལ།  
།འདི་ནི་ད་ལྟའི་བར་དུ་རང་རེའི་སྟོལ།།” ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ལ་ད་ཆ་རང་རེས་གྲུབ་མཐའ་  
སྟོགས་རིས་སོགས་ཀྱིས་རང་མིག་རང་གིས་མ་བསྐྱབས་པར་བོད་རིགས་སྤྱིའི་ཁེ་ཕན་སེམས་  
ལ་བཅངས་དེ་ཁོང་གི་བོད་ཀྱི་ལམ་ལུགས་རྟིང་པར་ནག་ཐོག་གཙག་འཁེལ་གྱི་ཟུར་ཟའི་གསུང་  
དུམ་བུ་དེར་ལེགས་པར་དབྱེད་ན་ཁོང་ནི་དངོས་འབྲེལ་མི་རིགས་ཀྱི་མཁམ་དབང་འགན་རྒྱ་མེད་  
པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། ཁོང་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་སྟོབ་མེད་པའི་དཔའ་བོ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་དེ། ཁོང་

གིས་དེ་གསུང་སྐབས་བོད་སྡེ་པ་གཞུང་གིས་ཅ་ཆོག་དང་པག་འཕྲོགས་ཀྱི་མགོར། “ཉི་འོག་  
 ཏུ་འཁོད་པའི་སྤྱི་དགུ་སྤྱི་ལ་བསྒྲོ་བ་” ཞེས་སྤང་བ་སྤྱིད་པོ་ག་སྤྱག་འབྲེ་བཞིན་པའི་སྐབས་དེ་  
 འདྲ་ཞིག་ལ་ཁོང་གིས་ཉེན་ཁར་མ་འཛེམས་པར་བོད་རིགས་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་གདམས་ངག་ཟབ་  
 མོ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཀྱང་བཏོན་གནང་བ་རེད། འོན་ཀྱང་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེར། “ངོ་མ་བཤད་ན་  
 མི་མི་དགའ། རྒྱག་པ་འཕྱར་ན་ཁྱི་མི་དགའ་” ཞེས་པ་ལྟར་སྐབས་དེར་བོད་ཀྱི་དབང་སྒྲུར་པ་  
 ཉུང་གས་དང་། གྲང་པོའི་མི་ལ་འཁྱོག་པོའི་ལམ་སྟོན་པའི་ཕྱི་མི་ཁག་ཅིག་མ་དགའ་བར་ཁྱི་  
 སྤང་ལག་སྤྱེལ་གྱིས་ཁོང་ལ་གྲང་བདེན་སྤྱི་ཙམ་མེད་པའི་བྱ་ངན་སྤྲོ་ཆོགས་བྱས་པ་མ་ཟད། གཅིག་  
 བྱས་ན་ད་ལྟོ་འདྲ་སྤྱི་སེམས་མེད་པའི་མི་སྤྱི་ལ་རེ་བྱང་མི་དགའ་མཁན་ཡོད་སྤྱིད་ནའང་། དེ་  
 ཙམ་གདམས་ངག་གི་མཆོག་མཆོང་ཐོག་ཏུ་ཕོག་པ་ཡིན་པས་ཁོང་གི་གསུང་དེ་གཟེ་བཞིན་ཆེ་རུ་  
 སྤྱིན་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། དེང་སྐབས་སྤང་དང་མི་འདྲ་བར་བོད་རིགས་ཀྱི་ས་གནས་གང་སར་  
 བོད་ཀྱི་མི་གངས་ལ་དཔགས་པའི་རེ་བ་ཆེ་བའི་གཞོན་ནུ་ཤེས་ལྡན་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བྱུང་དང་འབྱུང་  
 བཞིན་པ་དེ་ཆོ་མི་སྤྱི་སེམས་ལྡན་པའི་མི་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་དེ་འདྲའི་གཞོན་ནུ་གང་མང་མང་  
 ཞིག་ཡོང་རྒྱུའི་རེ་བ་དང་། ཁོང་ཆོར་རེ་བ་དང་གདོང་འཛོག་ཆེན་པོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ནའང་  
 སྤྱིན་པ་གཏི་མཐུག་རེ་འགས་དེ་ཆོ་ལའང་ངན་སྤྱིས་དང་། གཞོད་འཆོ་གཏོང་བའང་ཡོད་ཆོད་  
 འདུག་པ་ནི། ས་པར་ཀུན་དགའ་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་ཞལ་སྤྱུ་ནས། “དེང་སང་དུས་ན་ལོ་གངས་  
 བན་གྱུར་ན། །སྤྱིན་པོ་ནམས་ཀྱང་གཙུག་ཏོར་ཇི་བཞིན་ཏེ། །ཤེས་རབ་རྒྱ་མཆོའི་ངོས་ལྟར་  
 ཡངས་པ་ཡང་། །གཞོན་ནུར་གྱུར་ན་ཆད་མར་འཛོན་པ་དགོན།།” ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན་མོད། གང་ལྟར་གཞོན་ནུ་དེ་ཆོའི་རྒྱས་པ་འགོག་ཐབས་མེད་པར་མདུན་སྤྱིགས་སུ་བསྤྱིད་  
 ངས་ཡིན། སྤྱིར་མི་ལོ་ཆིག་སྟོང་སུམ་བུ་སྤྱིག་གི་རིང་རང་ཅག་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁག་དང་  
 ཆོས་ལུགས་གནས་བྱུང་པ་ནི་མི་རིགས་དང་སྐད་ཡིག་ །ཆོས་ལུགས་བཅས་གཅིག་ལ་གཅིག་  
 བརྟེན་གྱིས་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེའང་རྩ་བ་ནི་མི་རིགས་ལ་བྱུག་ཡོད། གལ་ཏེ་མི་རིགས་

ཉམས་པར་གྱུར་ན་དེའི་སྐད་ཡིག་དང་ཆོས་ལུགས་སོགས་ཀྱང་སྤོང་པོ་མེད་པའི་ཡལ་ག་དང་  
མཚུངས། འོན་ཀྱང་དེད་དུས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་འདིར་ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་ལ་མུ་མཐུད་དཔུང་འདུག་  
བྱེད་བཞིན་པའི་དུས་རབས་འདིར་རང་ཅག་བོད་མི་རིགས་ནི་ད་དུང་ལོ་ངོ་བརྒྱ་སྟོང་གོང་གི་  
རིག་གནས་ཀྱི་མ་ཅུ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བ་སྦྱིད་པོ་འདྲ་བཤད་དེ་སྤོང་འདོད་ཡོད་ཀྱང་སྤོང་  
ཐབས་བྲལ་བ་ཡིན། འོ་ན་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཤེ་ན། “སོ་ནམ་མེ་ཤེས་ན་གྲོང་པར་སྟོས་  
”ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་དེད་སང་འཇམ་སྒྲིང་ན་སྟུན་པར་གྲགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཆོ་གདོད་མ་ནས་  
དེ་འདྲ་ཞིག་མིན་ནའང་། སྤོང་ས་གཅིག་དུ་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་མ་བཟུང་པར་མདུན་དུ་བསྐྱོད་  
ནས་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་དང་། ད་དུང་ཡང་ངི་སྤྱིད་བར་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་ངེས་ཡིན། འོ་ན་མདུན་  
དུ་བསྐྱོད་ཅེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ཤེ་ན། དེ་ནི་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བཤད་ན་སྤྱི་ཚོགས་  
ཀྱི་ལམ་ལུགས་སྤོང་པ་ཞིག་དང་། རིག་གནས་སྤོང་པའི་མ་ཅུ་སྟབས་བདེ་ཞིག་ལ་དམ་བཟུང་  
གིས་མ་བཟུང་པར་ཡང་བའི་འཐབ་ཚོད་ཁྲི་སྟག་བརྒྱད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་དེ་དུས་རབས་  
དང་བསྟུན་བསྟུར་བཀོད་བྱས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཆེན་རིག་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ལྟར་གྱུར་  
པ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་སྟེས་དབང་གིས་བྱུང་བ་ཞིག་གཅིག་ཀྱང་མེད། ད་ལྟ་འཇམ་སྒྲིང་ན་དར་  
རྒྱས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་བཅ། དར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱན་ཆེན་རིག་གི་ལམ་ལ་བརྟེན་  
ཏེ་དར་རྒྱས་བཏང་བ་ལས་ཆེན་རིག་ལ་ངོ་ཚོལ་བྱས་ཏེ་རྒྱལ་ཁབ་བཅ་མི་རིགས་དར་རྒྱས་ཕྱིན་  
པ་ནི་སྤར་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ལ། མ་འོངས་པ་ནའང་འབྱུང་མི་སྤྱིད་ཅེས་ཁ་ཆོན་བཅད་དེ་བཤད་  
ཆོག །དེར་བརྟེན་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱང་འགྲོ་ལམ་དེ་བརྒྱད་དེ་དར་རྒྱས་ཡོང་ཐབས་ལ་  
བརྩོན་པ་ལས་ཐབས་ལམ་གཞན་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད། དེས་ན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ན་གཞོན་  
ཆོས་འགོག་རྒྱུན་སྡེ་ཚོགས་བྱད་བསད་དང་བརྩོན་པ་དྲག་པོས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་  
གིས་མཆོན་དེད་རབས་འཇམ་སྒྲིང་ཡོངས་ཀྱི་བྱན་མོང་གི་ཤེས་བྱར་གྱུར་པའི་ཆེན་རིག་གི་ཤེས་  
བྱ་ཁག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ཐེ་ཆོམ་སྤུ་ཙམ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། ཐབས་ལམ་དེ་འདྲ་

ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་མདུན་བསྐྱོད་བྱེད་སྐབས་སྡོན་ཐོན་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱུང་བ་ལས་  
ཐོག་མ་ཉིད་ནས་རྗེས་ལུས་དང་སྡོན་ཐོན་ཞེས་པ་དོ་བོ་ཉིད་ནས་གྲུབ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མེད།  
རང་རེ་བོད་མི་རིགས་ནི་རྗེས་ལུས་ཆབས་ཆེ་ཙམ་ཐེབས་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་མོད་འབད་  
བརྩོན་བྱས་ན་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གནས་ལས་ཐར་དེས་ཡིན་པས་སྒོ་པམ་སྒྱུ་མི་དགོས། འཛམ་གླིང་  
གི་ཀླུ་ཁབ་བམ་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རྩ་བུ་བྱས་ཏེ་དར་ཀྱས་སྤེལ་བ་ལས་དུས་  
གཅིག་ལ་ཡར་ཀྱས་སྤེལ་བ་ཞིག་མ་རེད།

དེ་བས་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་རྗེས་ལུས་ཡིན་པ་དོས་འཛིན་མ་ཐུབ་པའམ་དོས་འཛིན་བྱེད་  
མི་འདོད་པ་བྱུང་ན་དེ་ནི་ད་ཅང་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་། སྒོ་པམ་སྒྱུ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། གོང་  
དུ་བྲངས་པའི་མཁས་དབང་དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་དེ་དུས་སྐབས་དེར་བོད་ཀྱི་ལམ་  
ལུགས་དེ་འདྲ་ཡིན་པ་མ་ཟད། ད་ལྟ་ཡང་བོད་རིགས་ཀྱི་ས་གནས་འགོལ་པོ་དག་ན་ཁྲིན་པའི་  
སྤལ་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཅན་རེ་འགའ་ཡོད་ཆོད་འདུག་པས་ནམ་དུ་དུང་ལྷན་པའི་བོད་རིགས་  
ཀྱི་གཞིན་ནུ་ཆོས་མི་དེ་ཆོར་དོགས་ཐོན་བྱེད་ཀྱི་ཁྱིམ་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་དེ་  
ཆོད་ཁ་རྗེས་སུ་འབྱངས་ཆེ་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་དེ་རྗེས་ལུས་ཀྱི་གནས་ལས་ཐར་དགའ་བ་ཡིན།  
དེས་ན་གཞིན་ནུ་ཆོས་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་ཡིག་གིས་མཆོན་པའི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་མཐའ་  
དག་ལ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་ཀྱི་དེ་གལ་ཆེར་འཛིན་དགོས་པ་དང་། དེ་བས་གཞིན་ནུ་དུ་དུང་ལྷན་  
ཆོས་ཐུགས་ལ་དེས་དགོས་པའི་ཆེས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་  
གནས་སློབ་པའི་དོན་སྤྱིར་དང་དགོས་པ་གསལ་པོར་རྟོགས་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་སྤྱིགས་  
གང་ཅིའི་ཐད་ནས་རང་རེ་བོད་མི་རིགས་འདི་སྡོན་ཐོན་གྱི་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྗེས་ཐེན་ཐུབ་  
པ་ཞིག་བྱས་ཏེ་རྟག་ཏུ་གཞན་བརྟེན་གྱི་འཆོ་འདུ་ཞིག་བྱས་ཏེ་སྤོང་མི་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་  
པ་ལས་སྐར་དོན་རྒྱུད་པ་སྒོ་ལ་བཅངས་ཏེ་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིན་མི་རུང་། དེ་བཞིན་མི་  
རིགས་ཀྱི་སྤྱིག་ཅ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་རང་གི་སྐད་ཡིག་གཉིས་ཕུན་སུམ་རྗེ་ཆོགས་དང་ཆ་རྗེ་ཆང་།

ཀྱུ་ཁྲུ་བ་ཇེ་ཆེར་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་སློབ་དགོས་པ་  
ཞིག་ཡིན་པ་ལས་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་ཉམས་ཞན་དུ་གཏོང་བའི་དོན་དུ་སློབ་པ་ལྟ་བུར་  
མི་འགྲོ་བའི་ཐང་ལ་གཟུང་ནན་བྱེད་དགོས། ལེགས་པར་བསམས་ན་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མཁན་  
པོ་ཐོན་མིས་གཙོས་བོད་མི་ཏ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་གིས་འགྲིམ་འགྲུལ་དང་འཛོལ་བ། གཞན་གྱི་ཆ་  
རྒྱུན་ཏ་ཅང་ཞན་པའི་སྐབས་ལུས་སྟོག་ལ་ལྟོས་མེད་ཀྱིས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་  
རིག་གནས་མཐར་ཐུན་པ་བསྐབས་ཏེ་བོད་ཡིག་གསར་བཞོག་ནང་བ་དང་། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་  
བོད་ཀྱི་རིག་གནས་མཐའ་དག་དུས་སྐབས་དེ་དག་ལ་བལྟོས་ནས་བཤད་ན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་  
པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་ན། ད་ལྟ་རང་རེས་གང་ཅིའི་ཐང་ནས་ཆ་རྒྱུན་འཛོལ་ས་པོ་འདི་འདྲའི་དུས་  
གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་སོགས་བསྐབས་ཏེ་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་  
གནས་ནམས་ཕུན་སུམ་ཇེ་ཚོགས་སུ་གཏོང་མི་བྱུང་བ་ཅི་ལ་ཡོང་། ཡང་བསམ་བཟང་གེས་ཀྱི་  
ཞན་པའི་བོད་མིའི་ཁྱོད་དུ་རྫིང་སྤང་གསར་འགོག་གི་བསམ་པ་ཡོད་མཁན་འབྱུང་སྲིད་ན་འདྲ་།  
ཁྱེད་ཚོས་རྫིང་པ་མ་བསྐྱངས་ཀྱང་མི་གཞན་སུ་འདྲ་ཞིག་གིས་ཀྱང་བཅན་བྱགས་ཀྱིས་ཁྱེད་ཚོའི་  
རྫིང་པ་གཏོར་ཏེ་གསར་པ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་བཅན་འགེལ་བྱེད་མི་སྲིད་ཀྱང་། དུས་རབས་  
ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མ་མཐུན་ཆེ་བསྐྱངས་ཀྱང་རུང་། མ་བསྐྱངས་ཀྱང་རུང་། ནམ་ཞིག་རང་  
ཡལ་དུ་འགྲོ་བ་ལས་འོས་མེད། དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཆེ་བཀག་  
ཀྱང་རུང་། མ་བཀག་ཀྱང་རུང་། དར་ངེས་ཡིན། དེས་ན་བོད་མི་སེམས་བཟང་ཅན་དེ་ཚོས་  
ཀྱང་རང་གི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་ནམས་སྤྱི་ཆེ་རིང་བ་དང་སྤྱི་གཟུགས་བདེ་ཐང་ཡོང་བའི་  
དོན་དུ་བོད་གཞིན་དཔྱོད་ལྡན་ནམས་ལ་ཕྱར་བ་བྱུ་འདེགས་ཀྱིས་རམ་འདེགས་གནང་གལ་ཆེ་  
སྟེ།

ཡང་ཁ་ཅིག་ན་རེ། རང་ཅག་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་ནི་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་  
ཡོད་པ་དང་། ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན། སྤར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་མདོ་རྒྱུད་རིག་གཞུང་



ཀྱི་མཚོ་ལྷ་བུ་ཞིག་བོད་ཡིག་ཏུ་ལེགས་པར་བསྐྱར་བྱའོད་པས་ད་ཆ་དེས་མ་འགྲིག་པ་དང་  
མ་འདང་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེན། དྲི་བ་འདི་ལ་འགྲིག་པའི་ཕྱོགས་དང་མི་འདང་བའི་ཕྱོགས་གཉིས་  
ཡོད། འགྲིག་པའི་ཕྱོགས་དེ་བོད་ཡིག་གིས་མ་འདང་བ་མེད་ཟེར་བ་དེ་རེད། དང་སང་འཛམ་  
གླིང་སྤྱི་ལོ་སྐད་ཡིག་ཏུ་གྲགས་པའི་དབྱེན་ཡིག་གི་གངས་ཉི་ཤུ་ཙུག་གིས་འདངས་ན། བོད་  
ཡིག་དབྱངས་གསལ་སོ་བཞིས་མ་འདང་བ་མེད་ངེས་ཡིན་པ་མ་ཟད། འཛམ་གླིང་ན་བོད་ཡིག་  
འདི་ཕྱོག་ཐོན་གྱི་ཡི་གའི་གསལ་སྤྱོད་བར་གྲགས། མི་འདང་བའི་ཕྱོགས་ནི་སྤར་གྱི་དུས་ལུན་  
སུམ་ཚོགས་པ་དེས་ད་ལྟའི་ལུན་སུམ་ཚོགས་པའི་གོ་ཚོད་པར་ལྷ་བ་དེ་ཡིན། ཞན་ཆ་དེའི་འབྱུང་  
གཞི་ནི་དུས་རབས་འགྱུར་བ་དང་དེའི་དགོས་མཁོ་མཐོང་མ་བྱའོད་པ་ཙམ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་དཔེར་  
ན། མི་སྒྲིམ་པ་ཞིག་གིས་དབྱར་ཁ་ནས་དུས་རྒྱུ་བའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱ་བ་ཁ་ཤས་རིང་གོས་སྐབ་པོ་  
ཞིག་གྱོན་ན་སྤྱིད་པོ་ཡོད་པའི་ཉམས་སྤྱོད་དེ་དགུན་ནས་དུས་གང་བའི་སྐབས་ད་དུང་དབྱར་  
དུས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་མ་ཁྲིགས་བཟུང་བྱས་ཏེ་གཞན་གྱིས་གོས་སྤོན་པ་གྱོན་ཞེས་བཤད་ཀྱང་ཁ་  
ལ་མ་ཉན་པས་མཐར་གྱང་བའི་སྤྲུག་བསྐྱེད་གྱི་ཁྱོད་གུན་བྱུང་བ་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡིན། ནམ་ཁྱེད་དུས་  
བཞིའི་འགྱུར་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་མ་ཤེས་པར་གྱོད་གུན་ཡོང་ན་དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་  
ལ་བརྟེན་མ་བྱའོད་ན་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཁྱོད་གུན་ཡོང་ངེས་ཡིན་པ་བཤད་མི་དགོས་  
པ་ཡིན། ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་བྱུང་གི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ཀྱང་གོའི་( ཀྱ་ནག ) ནང་ཀྱ་ཡིག་དང་།  
ཀྱའི་རིག་གནས་སོགས་གོང་དུ་ཡུད་དེ་འོག་བོད་ཡིག་དང་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་ཙམ་ཡིན་པ་ཁོ་  
པོ་ཀྱ་ཡིག་གི་ཐད་ནས་ཡིག་ཡོང་ཞིག་ཡིན་པས་བཤད་མི་སློབས་ཀྱང་། བོད་ཀྱལ་བྱི་སྤོང་ལྷ་  
བཙན་གྱི་དུས་སུ་ཀྱ་ནག་ཏུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་བྱུང་ནས་ལོ་ཆེག་སྤོང་ཉིས་བརྒྱ་པོར་བར་སྤོང་  
བཞེད་དུ་གསལ་བ་དང་། ཐང་ཐའི་རྩེ་གི་རིང་ལ་ཀྱ་ཡི་ལོ་རྒྱ་བ་ཆེན་པོ་སྤོང་དཔོན་དབྱིག་  
གཉེན་གྱི་སྤོང་མ། ཐང་ཟན་ཙང་སྤེ། བོད་སྐད་དུ། ཐང་སྤེ་སྤོང་གསུམ་པ་མ་བྱུང་བའི་  
གོང་དུ་ཀྱ་ཡི་ལོ་རྒྱ་བ་ཉིས་བརྒྱ་བྱུང་བར་དེབ་སྤོང་དུ་གསལ། བོད་ཀྱལ་གྱི་བཙུན་མོ་གོང་མོ་

ནུ་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་ཅིས་དང་སྒྲན་སོགས་རིག་གནས་ཁག་ཀྱང་རྒྱ་ཡུལ་ནས་བོད་དུ་དར་བ་  
ལོ་རྒྱུས་ཁག་དུ་གསལ་ཞིང་རྒྱའི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་བཅས་ལ་ལོ་རྒྱུས་རྒྱུན་རིང་ཡོད་  
པ་ཙམ་མ་ཟད། དུས་སྐབས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བཤད་ན་ཏེ་ཅང་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན།  
འོན་ཀྱང་སྐབས་དེའི་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་མ་ཙུ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་དུས་ཡུན་ཏེ་ཅང་རིང་པོ་  
ཞིག་ལུས་ཀྱང་། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ནང་ནུ་དཔྱོད་དང་ལུ་ཁྱེད་ཆེ་སྐབས་ཆེ་བའི་རྒྱ་རིགས་  
མི་སྡེ་འགས་སྡེ་བྱིན་དེ་ཐོས་པ་ཙམ་གྱིས་ཡང་དགོས་པའི་ཕྱི་ནང་གི་འགལ་རྒྱུན་བརྒྱ་རྒྱུད་དུ་  
མ་བྱུང་དུ་བསད་དེ་ད་ཆ་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཇུག་སྒྲིང་གི་མདུན་གྲུ་དུ་སྐབས་ཟིན་པའི་དངོས་  
དོན་འདི་ཚོ་ང་ཚོ་བོད་མི་ཚོས་ཀྱང་མཐོང་མི་ཐུབ་པ་ག་ལ་ཡིན། དེ་ཙམ་མ་ཟད་ད་ལྟ་བུ་ནི་  
ཅང་དང་། ནང་སོག་། ཡན་པེན་ཁྲོེ་ཤན་རིགས་ས་ཁུལ་བཅས་སུ་སློབ་གྲྭ་རྒྱུད་བ་ནས་སློབ་  
གྲྭ་ཆེ་བའི་བར་གྱི་སློབ་དེབ་ཁག་མི་རིགས་སོ་སོའི་ཡིག་རིགས་ཡིན་པ་མ་ཟད། སློབ་བྱིན་  
ཀྱང་མི་རིགས་སོ་སོའི་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་འདི་ལ་བསམས་ན་རང་འོད་སྐད་  
ཡིག་ཐོག་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་རྒྱ་མཚན་གང་ལ་ཐུག་ཡོད་ཀྱི་སློག་ཙུ་ལུ་འགན་  
དོན་འདི་ལ་བསམ་སྒྲོ་གཏིང་ཟབ་དུ་མི་གཏིང་ཀ་མེད་ཅིག་ཆགས་བསྐྱེད་ཡོད་པ་རེད། མི་ལ་  
ལས་གནད་དོན་འདོའི་ཐད་ལ་དབྱེ་ཞིབ་ནུ་དག་ཅིག་བྱེད་མ་ཐུབ་པར་བོད་ཡིག་གིས་མ་འདངས་  
པ་ཞེས་པ་དང་། བོད་ཡིག་ནི་སྐྱ་མའི་ཡི་གེ་རེད་ཟེར་བ་སོགས་ཡང་མ་དག་པ་དང་ཆ་མི་ཆང་  
བའི་མཇུག་སྒྲིམ་བྱས་པ་རེད། དེ་ལས་བོད་ཡིག་གིས་མ་འདང་བ་ཞེས་པར་ངོས་རང་གི་ལྟ་  
ཚུལ་གོང་དུ་བཤད་ཟིན་ཞོ།།

བོད་ཡིག་ནི་སྐྱ་མའི་ཡི་གེ་རེད་ཅེས་བཤད་སྲོལ་དེ་ཡང་ཆ་མི་ཆང་བ་ཞིག་རེད། གང་  
ལགས་ཤེ་ན། མཁུན་པོ་ཐོན་མིས་ཐོག་མར་བོད་ཡིག་གསར་གཏོད་གནང་སྐབས་བོད་ཀྱི་སྐད་  
ལ་བརྟེན་ནས་བོད་མིའི་ཆེད་དུ་མཇུག་གནང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་སྐྱ་མ་རྒྱུད་པའི་ཆེད་དུ་མིན་  
ཞིང་། ཡང་ན་སྐྱ་མའི་ཡི་གེ་ཟེར་བ་ཞིག་དང་། བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ཟེར་བ་ཞིག་ཐ་དད་དུ་བཟོས་

པའི་ལོ་རྒྱུས་ནི་དེ་བས་བྱུང་མེད། སྤྱིར་འཛམ་གླིང་གི་ཡིག་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་  
ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྤྱད་ཆོག་ལ། ཆོས་ལུགས་མ་ཡིན་པའི་ཐད་ལ་ཡང་སྤྱད་ཆོག་པ་ཞིག་  
ཡིན་ནའང་། རང་ཅག་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་ཡིག་དེ་ཆོས་ལུགས་ཁོ་ནའི་ཐད་ལ་སྤྱད་པ་  
ལས་ཞིང་ལས་དང་། འབྲོག་ལས། ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་བོད་ཡིག་གི་བརྟན་  
བཅོས་ཤིག་ནི་ཏ་ལམ་མཐོང་དུ་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ཆོན་རིག་གི་ཐད་ལ་ནི་དེ་  
བས་ཀྱང་མེད་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སྤར་གྱི་མཁས་པ་ཆོའི་ཁྲིད་དུ་འང་བོད་ཡིག་ཞིང་ལས་དང་།  
ལུགས་ལས་སོགས་འཛིག་རྟེན་པའི་འཆོ་ཆོས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྤྱད་གཏན་ནས་མ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཀྱང་  
མིན་པ་ནི། དེ་བ་ཚུན་དུ་རོང་བོམ་ཆོས་ཀྱི་བཟང་བོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདི་འདྲ་ཞིག་གསུངས་  
ཏེ། “ཕྱི་ནང་གི་རིག་པའི་གནས་དང་། སྤྱི་སྤྱོད་དང་སྐད་རིགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་མང་པོ་ལ་མ་  
ཆོངས་པ། བོད་ཀྱི་སྐད་ནི་དེ་ལའང་འདི་ནི་དོན་འདི་ཙམ་ལ་འདྲུག་གོ། ཞེས་བྱ་བའི་བྱུང་པར་  
ཕྱོང་དག་ཀྱང་གཞན་ལས་ཆེས་ལྷག་པ། ཐ་ན་འཛིག་རྟེན་པའི་འཆོ་ཆོས་ཞིང་ལས་དང་། ལུགས་  
སྤྱོད་བ་དང་། དཀར་ཤེ་རྩར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གྱི་བརྟན་བཅོས་ཀྱང་མཛད་ལ་” ཞེས་དང་།  
ཡང་ “བོད་གངས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་འདིར་འདི་དང་མཉམ་པའི་མཁས་པ་ནི་སུ་ཡང་མ་བྱུང་ངོ་  
།།” ཞེས་གསུངས་འདུག་ཀྱང་བརྟན་བཅོས་དེ་རིགས་ད་ལྟ་ཡིད་མེད་ནི་ཆ་མ་འཚལ། གོང་  
གི་དེ་བ་ཚུན་གྱི་ཡུང་ཆོག་ལས། “ཐ་ན་འཛིག་རྟེན་པའི་འཆོ་ཆོས་” ཞེས་ཐ་མའི་གས་སུ་  
བཞག་གནང་འདུག་པ་འདིས་ཀྱང་བོད་ཡིག་ནི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྤྱད་པ་ལས་འཛིག་རྟེན་  
ཀྱི་ལུགས་སུ་སྤྱོད་མི་འོས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་བརྟན་གནང་མི་འདུག་གས། དེ་མིན་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་  
རིག་པ་དང་། ཅིས་ཀྱི་རིག་པ་སྤྱིར་བཏང་བཤད་ན་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་བརྟན་བཅོས་ཤིག་མིན་  
ཡང་རིག་གནས་དེ་ཆོའི་བྱུངས་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ལ་གཏུགས་གང་བྱུང་བྱས་པ་དང་། ཆོས་ལུགས་  
དང་གཏན་ནས་མི་འགལ་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་མིན་འཛམ་གླིང་དུ་སྟན་པར་གྲགས་པའི་  
གླིང་རྩེ་གེ་སར་རྒྱལ་བོའི་སྤྱང་དང་། ལྷ་གཞས་སོགས་ཀྱི་ནང་དུ་འང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་མིང་ཆོག་

ཅི་རིགས་པས་བྱབ་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཆོའང་ཆོས་ལུགས་དང་གཏན་ནས་མི་འགལ་བ་ཞིག་དགོས་  
པ་མ་ཟད། དངོས་སུ་ཆོས་ལུགས་དང་མི་འགལ་ན་ཡང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དོན་དང་མིང་ཆོག་  
གཏན་ནས་མ་འདྲེས་པའི་ཚུལ་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་རུང་དགོས་དོན་མ་ཆང་བའམ་ཡང་ན་སྟན་  
པོ་མེད་པའི་འཆར་སྤང་ཞིག་སྟེ་བ་རེད། དེར་བརྟེན་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན་རྒྱ་མཚན་ཡང་  
དག་པ་ཞིག་ཤེས་མིན་ལ་མ་བརྟོས་པར་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་རྒྱ་དེ་བྱ་བ་ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་གཙོ་  
བོར་འཛིན་པ་རེད། སྤྱིར་མི་པལ་མོ་ཆེས་རང་རང་གི་ཆོས་ལ་དད་གུས་བྱེད་པ་དེ་བོད་མི་ཙམ་  
མ་ཟད་འཛམ་གླིང་ཡོངས་ལ་བྱབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཡ་མཚན་དགོས་པ་ཞིག་མ་རེད།  
ཡིན་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་དབང་སྐྱར་མཁན་དག་གིས་ཀྱང་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་ཡོད་ཁྲལ་གྱིས་  
རང་ལ་དབང་སྐྱར་གྱི་གོ་གནས་ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་ཆོས་ལུགས་ཐེད་སྤྱད་དེ་ཁོ་པ་ཆོའི་ཕན་ཁེ་  
དང་མཐུན་ཆེ་ལ་ལས་ཆོས་ལ་དད་གུས་ཡོད་པའི་ཟོལ་གྱིས་ཆོས་ལུགས་སུང་སྦྱོབ་བྱེད་པའི་ཁྲལ་  
དང་། ལ་ལས་བརྟན་པའི་སྤྱིན་བདག་གི་ཟོལ་གྱིས་དངུལ་དངོས་གང་འཚམས་རེ་ཆོས་ཚུགས་  
སུ་གཏོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་མི་དམངས་ནམས་མགོ་བོ་འཁོར་དུ་འཇུག་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཁོ་པ་  
ཆོའི་ཕན་ཁེ་དང་མི་མཐུན་པའི་ཆེད་གོན་པ་དང་རྟེན་གསུམ་རྩ་མེད་དུ་གཏོང་བ་དང་། ལྷ་གྲ་  
དམར་གསོད་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སུ་སྤྱི་བར་གསུམ་དུ་གངས་ལས་འདས་པ་ཞིག་བྱུང་  
ཡོད་ཀྱང་རང་རེ་བོད་ཀྱི་ས་གནས་འགོལ་པོ་དག་ན་མཆོས་པའི་བོད་མི་ཆོས་ནི་དབང་སྐྱར་མཁན་  
དེ་ཆོའི་ངན་གཤེད་བྱ་བ་ལ་ངོས་འཛིན་གསལ་པོ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ་པ་མ་ཟད། ད་དུང་དབང་  
སྐྱར་མཁན་དེ་ཆོས་ངས་རྒྱས་དང་བྱང་སེམས་ཆེ་གེ་མོའི་སྤྱལ་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་ལོང་གཏམ་ཁོན་ལ་  
མགོ་བོ་གདུགས་ལྟར་འཁོར་བ་ནི་ཡ་མཚན་དགོས་པ་ཞིག་དང་། ངོ་ཆ་དགོས་པ་ཞིག་ ཁྲོ་ཕམ་  
དགོས་པ་ཞིག་བཅས་ཡིན། དཔེར་ན་རྒྱ་ཆེའི་མང་ཆོགས་ཀྱིས་ཆོས་ལུགས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་  
དང་། དབང་སྐྱར་མཁན་གྱིས་ཆོས་ལ་དད་པ་བྱེད་པ་གནིས་ནི་ནང་དོན་དང་དམིགས་ལུལ་  
གཏན་ནས་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། ཡང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ནང་དོན་ཕྱ་མོ་ཙམ་ཡང་

མི་ཤེས་པའི་མི་ལ་ལས་ཆོས་ལུགས་ནི་ཚྭ་ངལ་དང་རྟེན་ཅེས་བཤད་པ་ནི་ཆོས་དང་དང་ཚྭ་ངལ་  
 དང་གཉིས་ངོ་བོ་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བའི་རིགས་གཉིས་ཡིན་པ་མ་ཤེས་པས་བྱས་པ་རེད། གལ་  
 ཏེ་ཆོས་དང་དང་ཚྭ་ངལ་དང་གཉིས་གཅིག་པ་ཡིན་ན་དེང་སྐབས་འཛམ་གླིང་གར་རྒྱལ་ཀྱན་ཏུ་  
 དེང་རབས་ཀྱི་ཆོས་ལུགས་ཆེན་པོ་གསུམ་སྟེ། ནང་པའི་ཆོས་ལུགས། ཡེ་ཤུའི་ཆོས་ལུགས།  
 རྒྱ་ཆེད་ཆོས་ལུགས་བཅས་ལ་དང་པ་བྱེད་མཁན་དེ་སྟོན་ཅིག་ཡོད་པ་ཀྱན་ཚྭ་ངལ་གིང་བྱིད་གཅིག་  
 བྱ་མཁས་པ་ཡིན་པ་ངོ་མཆར་གིན་ཏུ་ཆེ། ཡང་མི་ལ་ལས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྗེས་སུ་ལུས་པ་  
 ནི་ཆོས་ལུགས་དར་བས་བྱས་པ་རེད་ཅེས་བཤད། འོ་ན་བོད་དུ་དར་བའི་ཆོས་ལུགས་ནི་ནང་  
 པ་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོས་ལུགས་ཡིན་ཞིང་། ཆོས་ལུགས་དེ་ནི་བོད་ཡུལ་གཅིག་ཤུར་དར་བ་  
 ཅུམ་ཞིག་མིན་པར་འཛམ་གླིང་གར་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་འཛུལ་པ་ན་(རེ་པ་ན་)དང་སི་ཡམ།  
 (ཐའེ་གོ་དང་།)འབར་མ་དང་སི་རྒྱ་ལ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་ནང་དུ་སྤར་ནས་ད་  
 རྒྱུ་བར་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་གྱུར་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་དེ་ཆོད་སྤྱི་ཚོགས་རྗེས་  
 སུ་ལུས་མེད་པ་མ་ཟད། སྤྱི་ཐོན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་གསུམ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་རྒྱལ་ཁབ་འགའ་  
 ཞིག་ནི་ཕྱོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ཡོངས་ཀྱི་མདུན་མདུན་རྒྱུད་དུ་གནས་  
 ཡོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་བོད་དུ་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་དར་བས་སྤྱི་ཚོགས་རྗེས་སུ་ལུས་པ་  
 རེད་ཅེས་བཤད་པ་དེ་ཡང་མ་དག་པའམ་ཆ་མ་ཆང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་བྱུང་། འོ་ན་བོད་ཀྱི་  
 སྤྱི་ཚོགས་དེ་རྒྱ་ཤུའི་རྗེས་སུ་ཐེབས་དགོས་པ་གང་ལ་ཐུག་ཅི་ན། འདིའི་ཐད་ལ་ལོ་ཆིག་སྟོང་  
 རྒྱལ་གི་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་། རྒྱལ་པར་དུ་བོད་སིལ་བྱར་གྱུར་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བོད་ཀྱི་སྤྱི་  
 ཚོགས་ཡར་ཐོན་མི་ཡོང་བའི་ཕྱི་རྒྱུན་དང་ནང་རྒྱུན་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་  
 ཡིག་དང་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་བ་དང་། འབྱུང་འགྱུར་སྐོར་རགས་ཅུམ་བཤད་པ་ལས་གཞན་  
 སྐབས་སུ་མ་བབས་པས་རེ་ཞིག་བོད་འདོད་མེད། འོ་ན་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ན་སྤར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་  
 ཚོགས་སྟོང་པའི་ལམ་ལུགས་ལ་ཐུག་ཡོད་པ་རེད། འོ་ན་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ནི་

གོང་དུ་དྲངས་ཟིན་པའི་མཁས་དབང་དག་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱི་གསུང་། “ཐམས་ཅད་ཁོང་  
དུ་སྟེད་པ་ཟམ་མོར་སྒྲོམ་” ཞེས་པ་ནས། “འདི་ནི་ད་ལྟའི་བར་དུ་རང་རེའི་སྒྲོམ་” ཞེས་  
པའི་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱང་དུག་གི་ནང་དུ་སྟོགས་བསྟུས་ཀྱིས་བསྟན་གནང་བ་ལྟར་ཡིན་ནོ།།

ད་ནི་སྐབས་དོན་དངོས་བཤད་པ་ལ་འཇུག་སྟེ། གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་རང་རེ་བོད་ཀྱི་  
ཡིག་ནི་ལོ་རྒྱུས་ཏེ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྟུང་དེ་ཆོས་ལུགས་དང་བོད་  
ཡིག་གཉིས་ཁ་བྲལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཡོད། འོན་ཀྱང་བོད་ཡིག་དེ་འཛིག་རྟེན་སྟེད་  
ལུགས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྟུང་མ་འོས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མིན་པ་མ་ཟད་སྟུང་དགོས་ངེས་ཤིག་དང་སྟུང་  
ཐུབ་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མི་ལ་ལས། “མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ཡིག་ནི་རྗེས་ལུས་ཡིན་  
པ་དང་། བོད་ཡིག་ནི་སྐྱ་མའི་ཡིག་རེད་” ཟེར་བ་དང་། ཡང་ལ་ལས། “བོད་ཡིག་ནི་སྐྱ་  
སྐྱར་ཡིག་ཡིན་པས། ད་ལྟའི་བོད་ཡིག་འདི་མི་དགོས་པ་བཅོས་ཏེ། དེའི་ཆབ་དུ་ལ་ཉིང་  
ཡིག་དེ་བོད་ཡིག་དང་མཐུན་པར་སྐྱ་སྐྱར་བྱས་ན་སྐབས་བདེ་གི་རེད་” ཟེར་བ་སོགས་བྱུང་  
བར། བོད་རིགས་ཀྱི་མཁས་པ་ལ་ལས་སྤར་ནས་རྒྱ་མཚན་ལྟ་བུའི་ལན་བཏབ་ཟིན་པས་དེ་  
སྒྲོར་འདིར་མི་སྟོའོ།།

ཕྱིན་ཆད་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་མདུན་བསྐྱོད་ཡོང་བར་བྱེད་པའི་སྒྲོར།

ད་ནི་རང་ཅག་བོད་རིགས་སྤྱི་དང་། བྱེ་བྲག་དུ་སྟུགས་བསམ་ལྡན་པའི་བོད་རིགས་ན་གཞོན་  
ཆོས་མཆིན་དགོས་པ་ཞིག་ནི། ས་གཞི་ཆེན་པོ་འདིའི་ཐོག་དུ་རང་རེའི་མི་རིགས་འདི་རྗེ་སྟེད་  
གནས་པ་དེ་སྟེད་དུ་བོད་རིགས་ཀྱི་སྒྲིག་རྩར་གྱུར་པའི་བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་དེ། བོད་ཡིག་གནས་  
ཐུབ་མིན་ནི། ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོའི་ས་མཚམས་ཏེ་ཁ་སྐྱབ་ཀྱིས་བསྟུར་བ་ལྟ་བུའི་འགངས་ཆེའི་  
དུས་མཚམས་ཤིག་དུ་སྟེབས་ཟིན་པ་དེ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེ་ན། ད་ལྟ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་

ཡང་ཉིད་ཀྱིས། “ཤད་གོང་ཆོག་རེ་འབྲི་བ་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱན་གཅིག་བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་དགོངས་  
པ་ཡིན་ཡང་བརྟན་བཙུགས་མཁན་གྱི་དགོངས་པ་མིན། བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ་བརྟན་  
བཙུགས་སྤྲོད་པ་སྤྲོད་པ་ལ་འདྲི་བྱེད། འོན་ཀྱང་བརྟན་བཙུགས་མཁན་གྱི་དགོངས་པ་མིན་ཏེ་སྒྲོབ་དཔོན་  
རང་ཉིད་མ་གཤེགས་གོང་གི་བརྟན་མཛུགས་དཔར་དུ་བརྟན་པ་དང་ཁྱུས་དག་བཀྲིས་པའི་གསུང་རབ་  
གང་གི་ནང་དུ་འདྲ་ཤད་གོང་ཆོག་བྲིས་མེད་པས་སོ།” ཟེར་བ་བདེན་བདེན་འདྲ་ཡང་། <<སྒྲིང་  
བརྟན་ཆེན་མོ་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱན་གཅིག>>ལས། “འགའ་ཞིག་གིས་ང་ཡིག་དང་ཤད་བར་ཆོག་གཉིས་  
དང་། གསལ་བྱེད་གཞན་གྱི་ཡིག་ལ་ཤད་བར་ཆོག་གཅིག་རེ་ཐོབ་པར་བཤད་པ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱི་བོས་  
མི་འདོད་ཅིང་། བོད་ཀྱི་མིང་ཆོག་གྲུབ་པ་ཆོག་བར་ལ་རག་ལས་པས་གསལ་བྱེད་སྐུ་ཙུ་པ་ཀུན་གྱི་  
མཐར་ཡིག་དང་ཤད་བར་ཆོག་རེ་ངེས་པར་འབྲི་དགོས་པ་དང་། ང་ཡིག་ལ་དམིགས་བསལ་བྱས་  
ཀྱང་མགོ་རྟོག་ཆེ་བ་དང་། དགོས་པ་བཤད་པ་ཡང་འཐད་ལུན་མི་འདུག་པས་ཁྱི་བོས་ཆོག་ལྷག་གི་  
གཅོད་མཆུ་མས་སུ་ག་ཡིག་བྱང་ཡང་ཤད་གཉིས་རེ་དང་། ལེའུ་སྟོགས་ཀྱི་མཐར་ག་ཡིག་བྱང་ཡང་  
ཤད་བཞི་རེ་དང་། ཡིག་དང་ཤད་ཀྱི་བར་དུས་དྲག་ཏུ་ཆོག་བྲིས་པ་ཡིན་པས་དགོས་པ་ཆེ་བ་དང་མགོ་  
རྟོག་ཆུང་བ་དང་གསལ་བར་མཆོན་པ་དང་འཐད་པའི་རྒྱ་མཆུན་གྱིས་ཡིན།” ཞེས་ཁོང་གིས་དགོངས་  
ཚུལ་ཙམ་ཞིག་གནང་བ་མ་ཡིན་པར་ངེས་པར་འབྲི་དགོས་ཞེས་གདམས་པ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་“དུས་དྲག་  
ཏུ་ཆོག་བྲིས་པ་”ལྟ་བུ་ག་ལེན་བརྟན་བས་ན་བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཙམ་ལས་བརྟན་བཙུགས་མཁན་  
པོའི་དགོངས་པ་མིན་ཚུལ་སྒྲིང་ན། ཁོང་གི་དགོངས་པ་འཁྱོད་བརྟན་ཀྱི་ཉིས་པ་མི་ཆེ་འཇམ། གཞན་  
དུ་ན་ཁོང་གིས་ཞལ་རྒྱུ་གསུངས་པར་ཐལ་བའོ། ཡང་ན་ཡོངས་གྲགས་སྤྱི་སྤྱི་ལ་འདི་བརྟན་མི་ཐུབ་  
པ་གསུ་ནས་རྗེས་སུ་དགོངས་ཚུལ་འགྱུར་བ་ཡིན་སྟེད་དོ།

བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་མ་ཤེས་པར་དེས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་སོགས་ཅི་  
ཙམ་ཤེས་ཀྱང་དེ་དེ་ལ་མཁས་པ་ཡིན་པ་ཙམ་ལས། དེས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་ཀྱི་  
ལེགས་ཆ་རྣམས་སྒྲངས་ཏེ་མི་རིགས་རང་གི་རིག་གནས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་བར་བྱས་ཤིང་འདྲི་  
རྒྱུ་ལྟར་ལ་བྱལ་བ་རེད།

གཉིས། གལ་ཏེ་སུ་ཞིག་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་བཅས་པར་ཅི་ཙམ་  
མཁས་ཀྱང་དེས་ཆོག་ཤེས་ཏེ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་བཅས་པ་མི་སློབ་  
པའམ་སློབ་འདོད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་མི་ལོ་སྟོང་ཕྱིན་ཀྱང་འཕེལ་མེད་རང་སོར་གནས་པ་ལས།  
མི་དེའི་གསལ་ལ་སྒྲག་བསམ་བཟང་པོ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་གཞན་གྱི་ལེགས་ཆ་སྒྲངས་ཏེ་མི་རིགས་  
རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་གནས་དེ་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པ་ཞིག་བྱེད་ཐབས་བྲལ་བ་  
ཡིན། དེས་ན་རང་རིགས་པོད་ཀྱི་ཡུགས་རེ་ལྟར་པའི་གཞོན་ནུ་ཆོས་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དང་  
རིག་གནས་ཡུན་སྐར་ལ་ཆོགས་དང་། ཆ་ལྷོ་ཆང་ཡོང་བའི་དོན་དུ་སྟོན་ཐོན་མི་རིགས་གཞན་  
ཀྱི་སྐད་དང་རིག་གནས་འབད་བཅོན་ཆེན་པོས་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རྒྱག་པར་དུ་  
རྒྱུ་སྐད་ཡིག་དང་རིག་གནས་སློབ་རྒྱུར་ཆ་རྒྱུན་ཡུན་སྐར་ཆོགས་པ་ལྟར་པས་བྲེ་ཆོམ་མེད་  
པར་སློབ་དགོས། དེའི་དམིགས་ཡུལ་གཅིག་པུ་ནི་སྟོན་ཐོན་གྱི་སྐད་ཡིག་དེ་ཆོའི་ནང་གི་དེང་  
གི་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོར་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ལེགས་ཆ་མཐའ་དག་པོད་ཡིག་ཏུ་ཇི་མ་  
ཇི་བཞུག་བསྐྱར་དགོས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་པོད་རིགས་ཀྱི་གཞོན་ནུ་ཡུགས་རེ་ལྟར་པ་ཆོས་པེས་  
པར་དུ་བསྐྱབ་དགོས་པའི་ད་ཅང་གཟེ་བཞིན་ཅན་གྱི་ལས་འགན་ཞིག་ཡིན་ལ། བསྐྱབ་ཐུབ་  
པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། རྒྱར་ལོ་རྒྱས་ཐོག་པོད་ལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བའི་ལོ་ཙཱ་བ་བརྒྱ་ཡུག་དུ་མས་  
ཆ་རྒྱུན་ད་ཅང་ཞན་པའི་དུས་རབས་སུ་རང་སྟོག་ལའང་མ་བཟོས་པར་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་  
ཏུ་མཆོ་ལྷ་བུ་པོད་ཡིག་ཏུ་བསྐྱར་ཏེ་ད་ལྟོ་བར་གནས་པ་དེ་འདྲ་ན། ད་ཆ་མི་རིགས་རང་གི་  
རིག་གནས་དང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་མཐར་ཐུན་སློབ་པའི་ཆ་རྒྱུན་བཟང་པོ་འདི་



ལྷ་པུ་ལྷན་སྐབས་ཅིའི་མྱེར་ན་བསྐྱབ་མི་ཐུབ་སྟེ་བསྐྱབ་ཐུབ་ངེས་ཡིན།

གསུམ། ཐོག་མར་ཁ་ཆ་དགོས་གཏུགས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་བོད་རིགས་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཁག་དུ་  
སློབ་གྲ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་ནང་དེང་དུས་དང་མཐུན་པའི་སློབ་དེབ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་དགོས་  
པ་དེ་ཡིན། དེ་ནི་དུས་འགྲང་ཐུ་མོ་ཙམ་ཡང་འགྲོ་མི་རུང་བའི་ཤིན་དུ་གལ་ཆེ་བའི་ལས་དོན་  
ཞིག་ཡིན་ཡང་སློབ་དེབ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་བསྐྱར་ཐུབ་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཆོག་པར་སློབ་དེབ་དེ་ཆོ་  
བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སློབ་གྲ་ཁག་གི་ནང་དུ་སློབ་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་པས་དམིགས་བཀར་གྱིས་  
སློབ་དེབ་དེ་ཆོ་སློབ་ཐུབ་པའི་ལུས་ཕྱུང་གི་དགོ་ཆན་གྱི་དཔུང་ཁག་ཅིག་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་དགོས།  
དེ་ལྟར་མ་ཐུས་ཆེ་སློབ་དེབ་ཆོའི་ནང་གི་མིང་ཆོག་པལ་ཆེ་བ་ཞིག་མིང་ཆོག་གསར་པ་ཡིན་པས་  
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཅིག་ཕྱི་ཤིང་པ་རྩི་ཏེ་ཞིག་ཡིན་རུང་དེས་སློབ་མི་ཐུབ་ཐག་ཆོད་ཡིན། དེས་  
ན་སློབ་དེབ་ཡོད་ཀྱང་སློབ་ཐུབ་མཁན་མེད་ཆེ་དེ་ནི་གཡུལ་སར་མཆོན་ཆ་ཡོད་ཀྱང་བོད་སྐད་  
མ་ཤེས་པས་གཡུལ་པམ་པ་ལྷ་པུ་ཞིག་ཡོང་ངེས་ཡིན། གོ་ཐོས་སུ་ལོ་གས་གོང་ནས་གོང་རིམ་  
ནས་ཀྱབ་སྦྱོར་འོག་ཞིང་ཆེན་ཁ་གས་མཉམ་རུབ་ཐོག་ཆོད་གཞི་ལྷན་པའི་སློབ་དེབ་ཁག་སྐྱར་  
ཙོམ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་མ་ཟད། སློབ་དེབ་དེ་ཆོ་སློབ་ཐུབ་པའི་ལུས་ཕྱུང་གི་དགོ་ཆན་ཁག་  
གཅིག་སྦྱོང་བརྟེན་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ཆུལ་གོ་ཕྱུང་བས་དེ་ནི་བོད་རིགས་མི་དམངས་ཀྱི་སྒྲ་ན་མེད་  
པའི་བཀྲ་ཤིས་པའི་ལས་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་རེད། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་ཕྱུང་བར་མ་ཅ་རྩིང་  
པ་ཁོ་ནར་བརྟེན་ཏེ་གསར་པའི་རིགས་དང་དུ་མི་ལེན་པ་འཕྲ། ཡང་ན་བོད་རིགས་ལ་མདུན་  
ལམ་མེད་པ་དང་། བོད་ཡིག་ལ་མཐོང་ཆུང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་ཟེར་བ་སོགས་འཁང་ར་ག་སྐག་  
བྱེད་པ་དེ་ནི་དོན་དུ་མི་དེ་གས་ཀྱིས་བོད་ཡིག་ལ་མདུན་ལམ་མེད་པ་དང་། བོད་ཡིག་གིས་  
མཐོང་ཆུང་འཁྲར་དགོས་པ་ཞིག་ཆེད་དུ་བཟོས་པ་དང་བྱེད་མེད་པར་འགྱུར་ངེས་ཡིན། དེ་  
བས་རང་ཅག་ཆང་མས་སྐད་གཉིས་སྒྲ་བའི་བོད་རིགས་གཞིན་རྒྱ་ཆོར་ཀྱབ་སྦྱོར་དང་སྐུལ་ཕྱག་  
བཏང་སྟེ་རང་རེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་འདི་སྟོན་ཐོན་ཡིན་པའི་སྐད་ཡིག་གཞན་གྱི་རྗེས་ཟེན་ཐུབ་

པ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་དེ་རང་རེའི་ལས་འགན་ཡིན། སྟོན་ཐོན་ཅན་གྱི་མི་རིགས་དེ་ཚོའི་སྐད་ཡིག་  
ཀྱང་ཐོག་མ་ཉིད་ནས་དུས་རབས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་འཆམ་པ་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད་ཀྱང་དུས་ཡུན་  
དུ་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་རྒྱུ་མི་ཆད་པར་ཡར་རྒྱས་བཏང་སྟེ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་རང་རེའི་སྐད་  
ཡིག་དང་རིག་གནས་ཀྱང་འཕེལ་མེད་རང་སོར་གནས་ཏེ་མི་སྟོད་པར་མདུན་དུ་བརྒྱུད་དགོས།

བཞི། སློབ་གྲ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་བོད་ཡིག་སློབ་དེབ་བཟོ་བ་དང་། སློབ་གྲ་ཁག་  
གི་ནང་དུ་བོད་སྐད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སློབ་རྒྱུའི་ལས་དོན་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཉིས་རྩི་སྲིད་བར་  
གནས་ཐུབ་པ་དང་། སྟོན་ཐོན་སྐད་ཡིག་གི་རྩིས་ཟིན་ཐུབ་པའི་མིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བའི་གོམ་པ་  
དང་པོ་དེ་ཡིན། གལ་ཏེ་ལས་དོན་དེ་ལ་དེ་ཙམ་མཐོང་ཆེན་མི་བྱེད་པའམ་སྤང་མེད་བྱས་པ་  
ཡིན་ན་གཞན་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་ཚུལ་གྱི་སྐད་ཆ་ཅི་ཙམ་བཤད་ཀྱང་སྟོང་  
གཏམ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ལོ་བཅུ་དྲུག་ཁ་གས་སམ་ཡང་ན་བརྒྱ་དྲུག་གི་རྩིས་བོད་ཡིག་དེ་ལོ་རྒྱུས་  
ཀྱི་འབྲེམ་སྟོན་ཁང་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ལས་ཐབས་གཞན་མེད། ཡིན་ནའང་བོད་མི་རིགས་  
ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ནི་མདུན་དུ་བརྒྱུད་དེས་ཡིན་པས། བོད་མི་རབས་རྩིས་མ་ཚོས་མི་རིགས་གཞན་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་སྤྱད་དེ་གང་ལྟར་སྤྱི་ཚོགས་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དེས་ཡིན་པ་ལས་སྤར་བཞིན་འཕེལ་  
མེད་རང་སོར་གནས་ཐབས་བྲལ་བ་རེད། སྤར་གྱི་དུས་རབས་ལ་བརྟེན་ཏེ་བཤད་ན་བོད་ཡིག་  
ནི་གཞན་ལ་ངོ་གཞོང་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་དུང་ཡང་ཆུང་གཞི་འདི་རང་གི་སྟེང་དུ་  
ད་ལྟའི་དུས་རབས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ཆོན་རིག་གིས་བརྒྱན་ཏེ་ལུགས་གཉིས་གང་ཐད་ལ་སྤྱད་  
ཆོག་པ་ཞིག་མི་བྱེད་པར་མི་རིགས་གཞན་ཞིག་གི་སྐད་ཡིག་གཞི་ནས་བསྐྱབས་ཏེ་དེས་བོད་  
ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཆབ་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་བྱུང་ཆེ་དེ་ནི་དངོས་འབྲེལ་གཞན་ལ་ངོ་གཞོང་དགོས་  
པ་ཞིག་དང་། ཡིད་སྦྱོར་གོས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་ཡིན་པའི་བོད་ཡིག་དེ་རིམ་  
བཞིན་བག་ལ་ཞབས་ལྷན་ཆེ་ནམ་ཞིག་བོད་རིགས་ཡིན་ཡང་བོད་སྐད་མི་གས་མཁན་གྱིས་བོད་  
རིགས་ཀྱི་ས་ཁུལ་ཀྱན་ཏུ་བྱུང་ཡོང་དེས་ཡིན། ད་ལྟ་ནས་བོད་རིགས་ཀྱི་ས་གནས་རེ་བྱུང་ལ་དེ་

འདྲར་འགྱུར་བའི་སྐུ་ལྟས་བསྟན་ཟིན་འདུག། པོད་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲིག་ཅུ་ལྟ་བུར་གྱུར་པའི་སྐད་  
 ཡིག་གཉིས་པོ་སྐུ་གཞི་ཆེན་པོ་འདིའི་སྟེང་དུ་གནས་ཐུབ་དང་མི་ཐུབ་ཀྱི་འགག་ཅུ་འདི་འདྲའི་  
 དུས་སྐབས་སུ་འང་མི་ལ་ལས་ནི་རང་རང་གནས་ཡུལ་གྱི་སྐུ་ཁྲག་ལུང་ཚུང་རེ་ན་ཁོ་ཁོར་པའི་སྐུ་ལ་  
 པའི་ནམ་ཐར་བསྐྱེད་སྟེ་མི་རིགས་ནང་ཁྲལ་ཁོ་ནར་སྐུ་ཁྲག་གྱི་ཕྱོགས་འཐེན་དང་། ཐུབ་མཐའི་  
 ཕྱོགས་ཞེན་གྱིས་ང་བཟང་ཁོ་ངན་དང་། ང་བདེན་ཁོ་ལྷན་གྱི་ཀུ་ཙོ་ཚྭ་གས་མཐའ་མེད་པའི་ཁོ་དང་  
 དུ་མགོ་བོ་གདུགས་ལྟར་འཁོར་ཏེ་གནས་པ་ལས་མི་རིགས་སྤྱིའི་ལས་དབང་དང་མདུན་ལམ་  
 ནི་མི་དེ་ཆོའི་སེམས་ལ་དུན་མ་ཚུང་བ་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོག། མི་དེ་གས་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བྱ་  
 ཞེ།

ནམས་པའི་མི་རིགས་མགོ་བོ་འདེགས་པ་ལ། །

མེད་དུ་མི་རུང་ནང་གི་མཐུན་སྦྱེལ་ཡིན།།

མཐའ་འཁོབ་སྟེན་པ་རང་མཐོང་ཅན་ཆོས་ཀྱང་། །

རང་དུང་དབྱུག་པ་བསྐྱར་ན་མི་ལེགས་སམ།།

རྒྱན་རིང་པོད་ཀྱི་དབུ་འཕང་ཆུ་བཞིན་དུ། །

ཐུར་དུ་གཞོལ་བ་ཡིད་ལ་མ་འཁོར་བར།།

ནང་དུ་བདག་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཁོ་ནའི་ལས། །

བསྐྱབས་པའི་འབྲས་བུ་ད་དུང་མ་མཐོང་ངམ།།

མི་ལོ་སྟོང་ལ་ཉེ་བའི་དུས་ཡུན་ནང་། །

ང་བཟང་ཁོ་ངན་ང་བདེན་གཞན་རྒྱན་གྱི།།

ནང་གི་འཐབ་ཚོད་གཞན་གྱིས་ཐེད་སྤྱད་དེ། །

མགོ་བོ་གདུགས་ལྟར་བསྐྱར་བ་མི་དུན་ནམ།།

ཁ་ནས་དྲག་དུ་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་བཤད། །

རང་རང་ཡིད་ལ་རང་དོན་འབའ་ཞིག་སྒྲིམ།

ནང་གི་ཕྱོགས་རིས་ཁོ་ནར་མགོ་འཁོར་དེ།

མཐའ་མ་གཏམ་དོན་གཉིས་མེད་མ་གྱུར་ཏམ།

སྒྲིབས་ཀྱིས་བསྐྱམས་ན་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དངོས།

ཐབས་ཀྱིས་སྒྲིད་ན་སྒྲིང་རྩེ་གི་སར་ཉིད།

ཕྱི་ལ་བྱག་དུས་སྒྲོན་ལས་ཁོ་ན་སྒྲིམ།

ནང་གི་མི་ལ་གནམ་ལྗགས་ཐོག་ལྗར་ཞོད། །ཅེས་ཀྱང་བྱའོ།

ཡང་ད་ལྟའི་ཆ་ལ་མི་སེམས་དགའ་འོས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི། བོད་རིགས་  
ཀྱི་ན་གཞོན་ཁག་གཅིག་གིས་ད་ཀའ་ངལ་སྒྲ་ཚོགས་ཁྱད་དུ་བསད་ཅིང་བཙོན་པ་དྲག་པོས་མི་  
རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་རིག་གནས་ཁག་དང་། མི་རིགས་གཞན་གྱི་རིག་གནས་བཅས་སྒྲོང་སྒྲོང་  
བྱས་ཏེ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་འདས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ངོ་མ་དང་། མ་འོངས་པའི་མདུན་ལམ་དང་ལས་  
དབང་བཅས་གསལ་པོར་མཐོང་སྟེ་ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་སུ་ཅི་འདྲ་བྱས་ཏེ་མི་རིགས་ཡར་རྒྱས་  
གཏོང་ཕྱོགས་སྒྲོར་ལ་གཏོང་བའི་ཀྱིས་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བཞིན་ཡོད་ཅིང་། གཞོན་ནུ་དེ་ཆོའི་  
གངས་ཚད་ཀྱི་ཐོག་ནས་བཤད་ན་ད་ལྟ་ཉུང་ཙམ་ཡིན་ཡང་སྤྱི་ཕྱི་མ་གཏོགས་དེ་ཆོའི་རྒྱས་པ་ནི་  
ནམ་ཞིག་བོད་མི་དམངས་ཡོངས་ཀྱིས་མཐོང་ཐུབ་ངེས་ཡིན་པ་དང་། ང་ཆོའི་རེ་བ་ཡོད་ཆང་  
ཡུགས་རེ་ལྟ་བུའི་གཞོན་ནུ་དེ་ཆོར་བཙོན་ཡོད་པ་རེད།

ལྷ་། གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲོབ་བྲལ་ཁག་གི་སྒྲོབ་དེབ་དང་། དེ་མིན་རིག་གནས་དང་ཆོན་  
རིག་གི་མེས་བྱ་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་བོད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་དགོས་ཤིང་། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་  
དུ་ད་ཀའ་ངལ་ཡང་ཏེ་ཅང་མང་པོ་ཞིག་དང་འཕྲད་རྒྱ་ནི་བཤད་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དཔེར་  
ན་རང་རེས་དངོས་སུ་སྤྱད་རྒྱ་ལྟོ་ཞིག་ཁ་ན་མཐོང་ཐོས་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་དངོས་པོ་ནི་བཟང་  
གིས་མི་ལང་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་དེ་ཆོར་རེ་བཞིན་མིང་འདོགས་དགོས་པ་ཡིན། དཔེར་ན་བོད་

སྐད་དུ་བརྒྱུར་ཟེན་པའི་རྒྱངས་འཁོར་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་མཆོན་ན་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་མིང་ནི་ལ་པོ་  
 བརྒྱུར་བ་ཙམ་ལས་རྒྱངས་འཁོར་དེའི་རྒྱག་ལག་ཆང་མ་ཐུབ་ན་དངོས་པོ་ཆེ་ཆུང་བརྗེས་སུ་ན་  
 གངས་ཅི་ཙམ་ཡོད། དེ་ཆོ་རེ་རེ་བཞིན་དུ་མིང་འདོགས་དགོས་པས་སྟབས་བདེ་པོ་ཞིག་ག་  
 ལ་ཡིན། ཡིན་ནའང་སྟོན་ཐོན་མི་རིགས་གཞན་གྱི་སྐད་ཡིག་ཐོག་དུ་མིང་ཆོག་རྒྱུ་མས་གཏན་  
 འཁེལ་ཟེན་པ་དེ་དཔེ་ལྟ་ཡུལ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན། དངོས་སུ་རྒྱུར་སྐབས་ཐབས་  
 ལམ་གསུམ་སྟེ། འོན་རྒྱུར། གྲུ་རྒྱུར། འདོད་རྒྱལ་བཙས་ལ་བརྟེན་ནས་བརྒྱུར་དགོས་པ་  
 ཡིན། དེ་ལས་དང་པོ་འོན་རྒྱུར་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་དེ་ལ་མིང་དེ་རྒྱུར་འདོགས་དགོས་པའི་  
 རྒྱ་མཆན་བཤད་དུ་ཡོད་པའི་རིགས་རྒྱུ་མས་ཡིན་ཞིང་། དཔེར་ན་རྒྱངས་འཁོར་དང་། ཀླང་  
 འཁོར་དང་། རྒྱུག་བརྒྱན་དང་། རྒྱ་རྒྱུད་འཁོར་ལོ་དང་། བརྒྱན་འཕྲིན་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན།  
 མིང་འདི་རིགས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བོད་དུ་བཅེངས་འཁོལ་རྗེས་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ད་དུང་  
 དངོས་པོ་ཞིན་དུ་མང་པོ་ཞིག་ལ་བོད་སྐད་ཀྱི་མིང་མེད་པ་ཡིན།

རྒྱུར་རྒྱངས་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་འོན་རྒྱུར་གིན་དུ་བཟང་སྟེ། མིང་རྒྱུང་པ་བརྗོད་པ་ཙམ་  
 གྱིས་དངོས་པོ་དེའི་ཁྱད་ཆོས་སམ་བྱེད་ལས་དེ་སྟོགས་ཙམ་སྟོ་ཡུལ་དུ་འཁོར་བྱལ་པ་ཡིན། རྒྱར་  
 བོད་ཀྱི་ལོ་ཙུ་བ་རྒྱུ་པས་མདོ་རྒྱུད་རིག་གནས་ཐོན་ཆེན་དེ་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུར་པ་མཐའ་དག་བོད་  
 སྐད་དུ་འོན་རྒྱུར་བྱས་པ་ལྟ་བུ་ནི་མི་རིགས་གཞན་སྤྱིར་ཀྱང་རྒྱུར་བྱལ་མེད་པར་གྲགས། འོན་  
 ཀྱང་རྒྱུར་རྒྱངས་ཡག་པོ་མ་བྱུང་ན་མིང་ཐན་ཚུན་ནོར་ཉེན་ཡོད་པ་རེད། བོད་རིགས་ས་ཁུལ་  
 ཁག་གི་ཡུལ་སྐད་རྒྱུད་རྒྱུང་བཅས་མི་འདྲ་བས་རྒྱུར་སྐབས་སྟོགས་འཕྲུན་གཅིག་མཐུན་ཡོང་རྒྱུར་  
 འགོག་རྒྱུན་འབྱུང་མིན་པ་ཡིན།

གཉིས་པ། རྒྱ་རྒྱུར་ཞེས་པ་ནི་དངོས་པོ་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་དེ་མི་རིགས་གཞན་གྱི་  
 སྐད་ཡིག་གི་རྒྱ་རི་བཞིན་བོད་ཡིག་དུ་ཐབ་པ་དེ་ཡིན། རྒྱར་བཏང་བྱས་ན་དེ་ནི་རྒྱུང་བཅད་ལས་  
 རྒྱ་བ་ཡིན་ཡང་དོ་རྒྱང་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ལ་མིང་དེ་ཐོག་མར་རྒྱལ་ཁབ་མི་རིགས་སུའི་

སྐད་ཡིག་ཡིན་པ་ཤེས་དགོས། སྤྱིར་ན་ཆོན་རིག་དང་འབྲེལ་བའི་མིང་པལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ཐོག་  
མར་དབྱིན་སྐད་དང་དབྱིན་ཡིག་ལས་བྱུང་བ་མང་བས་ད་ལྟ་དབྱིན་སྐད་དང་དབྱིན་ཡིག་ལ་  
འང་མ་སྒྲིང་སྤྱིའི་སྐད་ཡིག་ཅེས་པའི་བླ་སྐད་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་ཀྱའི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་  
ཐུན་སུམ་ཆོགས་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་མཁས་པ་ནམས་ཀྱིས་སྤར་ནས་ད་བར་རྒྱ་  
མི་འཆད་པར་དོན་རྒྱུར་དང་རྒྱ་རྒྱུར་ཅི་རིགས་བྱས་པའི་ལག་རྩིས་ཡིན། དཔེར་ན་ཀྱི་ཡིག་  
གི་མིང་ཁ་ཤས་དབྱིན་ཡིག་སོགས་ནས་རྒྱ་རྒྱུར་བྱས་པ་ཡིན་ཆེ་དེ་བོད་སྐད་དུ་རྒྱ་རྒྱུར་བྱེད་སྐབས་  
ཐོག་མའི་མིང་གི་རྒྱ་རྩི་བཞིན་རྒྱུར་བ་ལས་ཀྱི་ཡིག་གི་རྒྱ་གདངས་རྩི་བཞིན་བོད་ཡིག་དུ་བརྒྱུར་  
ན་ཅུང་མི་བཟང་སྟེ། དབྱིན་ཡིག་སོགས་ཀྱི་མིང་ཀྱི་ཡིག་དུ་རྒྱུར་སྐབས་རྒྱ་རྩི་བཞིན་མ་བྱུང་  
བར་བྱར་ཆག་དུ་གྱུར་པ་ཅུང་མང་བས་ཐོག་མའི་མིང་དེ་ཐད་ཀར་བོད་ཡིག་དུ་བརྒྱུར་ན་བོད་  
ཡིག་ནི་རྒྱ་རྒྱུར་ཡི་གེ་ཡིན་པས་རྩི་མ་རྩི་བཞིན་རྒྱུར་བ་དུ་བ་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད་པ་ཡིན། སྤྱིར་  
རྒྱ་རྒྱུར་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཅུང་ཟད་སྐབས་བདེ་ནའང་ཏ་ཅང་མང་བྱགས་ན་མི་རིགས་རང་གི་སྐད་ཡིག་  
གི་ཁྱད་ཆོས་ནམས་ཉམས་ཏེ་གང་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པའི་སྐད་ཅིག་དུ་འགྱུར་ཉོན་ཡོད་ཅིང་།  
དོན་གྱི་དབང་འདི་གཟིགས་ནས་སྤར་བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུ་བ་བཀའ་ངེན་ཅན་ནམ་པས་གཞུང་མང་དེ་  
ཙམ་ཞིག་བརྒྱུར་པ་ཀྱན་བོད་རང་གི་སྐད་ཡིག་དུ་དོན་རྒྱུར་བྱས་པ་ནམས་ད་ལྟ་རང་རེའི་འདྲེན་  
བྱེད་ཀྱི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པ་འདི་ག་ལགས།

གསུམ་པ་འདོད་རྒྱལ་གྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་ནི། སྤྱི་སྤྱི་མཆོན་ཆ་ལས། “འདོད་རྒྱལ་  
ཐོག་མའི་མིང་གང་ཡིན། །ངེས་ཆོག་གཞི་མེད་ཆོས་ཉིད་བཞིན།” ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་  
གང་ཡང་རུང་བའི་དངོས་པོ་ཞིག་ལ་མིང་འདོགས་སྐབས་དེའི་ཁྱད་ཆོས་དང་བྱེད་ལས་སོགས་  
ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པ་ཞིག་མིན་པས་ངེས་ཆོག་བཤད་དུ་མེད་པའི་རིགས་ཡིན། གནམ་  
དང་། ས། རྒྱ། མེ། རྒྱུང་། རྒྱ་མཚོ། རི་བོ། ཁང་པ་སོགས་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་དག་ལ་  
དེ་ལྟར་འདོགས་རིགས་པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བཤད་དུ་མེད་པས་དེ་དག་ལ་འདོད་རྒྱལ་

གྱི་མིང་ཞེས་བརྗོད་པ་རེད། དེར་བརྟེན་དངོས་པོ་རྣམས་ལ་རང་གིས་གང་འདོད་ལྟར་བྱུང་  
 རྒྱལ་དུ་མིང་བཏགས་པ་ཞིག་ཡིན་པས་སྐབས་བདེ་ཙམ་ཡིན་ཡང་ད་ཅང་མང་དུགས་ན་གོ་བརྟེན་  
 འཕྲོད་དཀའ་བའི་ཉེན་ཡོད་པ་ནི། དཔེར་ན། དངོས་པོ་ཞིག་གི་མིང་ལ། མཐའ་ཅས་འདོད་  
 རྒྱལ་དུ་བཏགས་ན་མི་འོས་པ་མེད་ཀྱང་མཐའ་ཅས་པའི་དངོས་པོ་དེ་གང་ཡིན་ཤེས་དཀའ་བ་ཡིན།  
 ཡང་ན་དེ་ལ་དབྱིན་ཡིག་གསུམ་གྱི་ཡིག་གི་མཆན་འདེབས་དགོས་པ་དང་། མཆན་བཏབ་ཀྱང་  
 དབྱིན་ཡིག་དང་གྱི་ཡིག་མི་ཤེས་མཁན་ལ་ཕན་པ་གང་ཡང་མེད་པ་དང་། དེ་ལ་བོད་ཡིག་གི་  
 མཆན་ནི་དེ་བས་ཀྱང་འདེབས་ཐབས་མེད་དེ། དངོས་པོ་དེའི་མིང་བོད་སྐད་བོད་ཡིག་གཉིས་  
 ཀའ་མེད་པའི་ཕྱིར། མིང་དེ་གསུམ་ནི་དུས་ཡུན་ད་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་འཆོ་བའི་ནང་སྤྱད་པས་  
 རྣམ་ཞིག་ན་མཐའ་ཅས་བརྗོད་པ་དང་དངོས་པོའི་དོན་སྤྱི་སྒོ་ལ་ལམ་མེར་འཆར་འོང་བ་ཡིན། དེ་  
 ནི་རང་ཆོའི་ནམ་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ནང་དུ་མི་ལོ་བརྒྱ་ལྷོད་དུ་མའི་རིང་སྤྱད་པའི་ས་ཁུ་མེ་རྒྱུང་སོགས་  
 བརྗོད་པ་དང་དོན་གསལ་པོར་རྟོགས་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། ཡང་ད་ལྟ་འཇམ་གླིང་ན་སྤོན་  
 ཐོན་ཡིན་པར་གྲགས་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་ཆོའང་དུས་ཡུན་ད་ཅང་རིང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དངོས་པོ་  
 གསར་པ་བྱུང་རིམ་བཞིན་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་མིང་བཏགས་ཏེ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་གྱུར་  
 པ་མ་ཟད་ད་དུང་ངེ་སྤྱད་བར་དེ་ལྟར་རང་བྱེད་དགོས་པ་ལས་ད་མིང་ཆོག་གིས་འདང་སོང་བེར་  
 བ་ཞིག་ཡོང་མི་སྤྱད་དེ། དངོས་པོ་གསར་པ་ཐོན་རྒྱུར་མཐའ་མེད་པས་སོ། །རང་རེ་བོད་  
 མི་རིགས་ནི་བོད་ས་མཐོའི་སྤྱི་དུ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷོད་མང་པོའི་རིང་འཆོ་བ་བསྐྱལ་ཏེ་གནས་པ་  
 ཡིན་ཞིང་། འཆོ་ཐབས་གཙོ་བོ་ནི་ཞིང་ལས་དང་། འབྲོག་ལས། ལག་ཤེས་བཟོ་ལས། ཆོང་  
 ལས་སོགས་ཡིན་ཞིང་། འཆོ་ཐབས་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་མཁོ་བའི་མིང་ཆོག་གིས་འདང་བ་ཙམ་གྱིས་  
 ཆོག་པར་བརྟེན་ཞིང་། མིང་ཆོག་དེ་ཆོ་ཡང་གྲུབ་དུ་བོད་ཡིག་ཐོག་དུ་དག་ཆ་གཅིག་གྱུར་  
 ཞིག་འབྲི་སྤྱོད་ཆེར་མེད། དེར་བརྟེན་ཆོས་ལུགས་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་སྣ་མ་གཏོགས་སོ་ནམ་  
 དང་། འབྲོག་ལས། ལག་ཤེས་ཤེས་མཁན་ཆོས་ཡི་གེ་ཤེས་མི་དགོས་པར་བརྟེན་བ་ཡིན་པས་

སྤྱི་མ་པ་པོ་མི་ཚོར་བོད་ཡིག་སློབ་སློལ་ཡང་མེད་པ་རེད། འཆོ་ཐབས་སྐབས་བདེ་པོ་དེ་འདྲ་  
ཞིག་ལ་ཡི་གེ་མ་ཤེས་ཀྱང་ཆོག་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། དཔེར་ན་འབྲོག་ལས་ལྟ་བུར་  
མཆོན་ན། མཛོ། མཛོ་མོ། འབྲེ། གཡག་ །ད། དེལ། ར། ལུག་ །ཞོ། འོ་མ། མར། ལུར་  
བ། དར་བ། འོ་ཐོམ། འོ་མདོང་། འོ་སྐྱལ་སོགས་ཞིབ་དུ་བཅིས་ན་བཅུ་སྟག་ཁ་གས་སམ་  
མང་ནའང་བཅུ་སྟག་ཁ་གས་ལས་མེད་པ་དང་། དེ་དག་ནི་མི་རབས་ནས་མི་རབས་སུ་ལོངས་  
སུ་སྟུང་དེ་དག་ཐོག་ནས་ཐོགས་པ་མེད་པར་བཤད་ཐུབ་པས་ཡི་གེ་མ་ཤེས་ཀྱང་ཆོག་པའི་འདྲ་  
ཤེས་སྤྱི་མ་པ་ཡིན། དེས་ན་མི་ལ་ལས་བོད་ཡིག་ནི་སྐྱ་མའི་ཡི་གེ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་ལའང་  
རྒྱ་མཚན་སྤྱི་མི་ཚམ་ཡང་མེད་ཅེས་ཤོད་དཀའ་བ་ཡིན་པས། “སྤྱི་མ་བུ་མང་དུ་སྤྱོད་པ་ལ། །བདེན་  
པའི་དོན་གཅིག་མེད་པ་མིན།།” གསུངས་པ་ལྟ་བུར་སྤྱང་ཡང་བོད་རིགས་རྒྱས་མེད་པ་ཞིག་  
བོད་ཀྱི་ས་གནས་ཁག་དུ་ཕྱིན་ཆེ་པོ་མོ་གན་གཞོན་མེད་པར་ཁ་ཏྲོན་འདོན་མཁན་ག་སྟག་ཡིན་  
པས། མི་ཐམས་ཅད་ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་ཡིན་པའི་སྤྱང་བ་ཞིག་འཆར་ངེས་ཀྱང་། དེ་ནི་བོད་  
རིགས་ཀྱི་ཡུལ་གོ་མས་གཤིས་ལུགས་སུ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཁག་གཅིག་པན་ཚུན་དག་ཐོག་  
ནས་སློབ་རིས་བྱེད་པའམ། འགའ་ཞིག་གིས་ནི་རྒྱ་ན་རིང་གཞན་གྱིས་བཏོན་པ་ན་ལམ་དུ་འངགས་  
ནས་བཏོན་པ་ལས། ཁ་ཏྲོན་འདོན་ཆད་ཀྱིས་བོད་ཡིག་འབྲེ་སྟོག་ཤེས་པ་ནི་མིན། མདོར་  
བརྒྱས་ཏེ་བཤད་ན་རྩེར་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཁྲོད་དུ་ཆོས་སྟོགས་ཙམ་ལས་འཛིག་རྟེན་  
སྟོད་སྟོགས་ཀྱི་ཐད་ལ་བོད་ཡིག་སྟོད་པ་དེ་གིན་དུ་ཉུང་བས་ཕྱིན་ཆད་ལུགས་གཉིས་གང་ལའང་  
སྟུང་ཐུབ་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ་པའམ་བྱེད་འདོད་མེད་  
པ་ཡིན་ཆེ་གང་ལྟར་བོད་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཆོགས་ནི་མདུན་དུ་བསྐྱོད་ངེས་དང་སྤྱི་མ་གཏོགས་  
ཆན་རིག་དར་རྒྱས་ཀྱང་ཡོང་ངེས་ཡིན་པས་སྐབས་དེར་བོད་ཡིག་སྟོད་ཆོག་ཅིག་མེད་ཆེ་སྟེ་  
ཡིག་གཞན་ཞིག་ལ་མི་བརྟེན་ཐབས་མེད་ཡིན། དེ་ལྟར་གྱུར་ཆེ་དོན་དངོས་ཐོག་བོད་ཡིག་  
དེ་སྐྱ་མའི་ཡི་གེ་ཁོ་ནར་གྱུར་ཏེ་སྤྱི་ཆོགས་ཐོག་གསོན་པོའི་སྤྱི་རིམ་དང་གཤིན་པོའི་རྗེས་ཆོག་



ཅམ་ལས་སྤྱོད་སྤྱོད་གཞན་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཏུ་དང་། དེ་ནས་དུས་ཡུན་རིང་ཅམ་མོང་རྒྱུ་  
 ད་ལྟ་རང་རིས་སྤྲུགས་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་སྤྲུག་སྤྲུག་ཀྱང་དོན་རྒྱུ་བཞིན་གོ་མི་སྤྲུག་པ་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་  
 རེས་ཡིན། དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར་བའི་དོན་དུ་ད་ལྟ་ནས་བོད་རིགས་རྒྱུད་གཉིས་སྤྱོད་བ་སྤྱོད་  
 དང་། བྱད་པར་དུ་ན་གཞིན་ཆོས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ཡིག་གི་ལེགས་ཆ་མཐའ་དག་སྤྲུངས་  
 ཏེ་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིག་ཏུ་བསྒྱུར་ཏུ་དེ་དུས་འགྱུར་ཕྱ་མོ་ཅམ་ཡང་འགྲོ་མི་འོས་པ་ཞིག་ཡིན། ཐབས་  
 ལམ་དེ་ཁོ་ན་ལས་གཞན་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིག་སྤྱོད་པའི་ཐབས་མེད་ཅེས་ཁ་ཆོན་བཅད་དེ་བཤད་  
 ཆོག་པ་ཡིན།

འདི་ཡན་གྱིས་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིག་བར་གྱི་འབྲེལ་བ་སྤྱོད་དང་། བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཆོ་བ་  
 དང་བོད་ཡིག་བར་གྱི་འབྲེལ་བ། བོད་ཡིག་དང་བོད་དུ་དར་བའི་ནང་པའི་ཆོས་ལུགས་བར་  
 གྱི་སྤྲུལ་མོང་དང་སྤྲུལ་མོང་མིན་པའི་འབྲེལ་བ། སྤྲུལ་ཆད་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིག་གཉིས་དུས་རབས་  
 གྱི་རྒྱུས་སུ་མི་ལུས་པར་མདུན་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྲུག་པ་བཅས་ཀྱི་དོན་དུ་དམིགས་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་  
 རྒྱུ་ཡང་དག་མིན་ལ་མ་བརྟོས་པར་སྤྲུག་བསམ་གཅིད་མས་ཅུང་ཟད་བཤད་པ་འདི་ལ་འཕེལ་  
 མེད་རང་མོར་གནས་ཏུ་སྤྲུགས་དགུས་མཁན་འགའ་དང་དབྱེ་འབྱེད་མེད་པར་རྫིང་བའི་རིགས་  
 ཀྱན་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་མོར་ཆུད་ཀྱི་དོན་དུ་བརྩོན་པ་པོ་འགའི་སྤྲུགས་ལ་འཐད་  
 མིན་ཆ་མ་མཆིས་ཀྱང་། སྤྲུག་གི་བྱུང་བ་དངོས་རྒྱུས་དང་འབྱུང་འགྱུར་ཡོང་རེས་ཀྱི་དོན་  
 དངོས་རྒྱུས་ཟུར་དུ་བཞག་ཁོང་ཆོ་འགའི་སྤྲུགས་ལ་འཐད་པའི་རིགས་གཞན་གྱིས་ན་དགོས་  
 པ་ཉིད་འབྱུ་ཅམ་མེད་པ་ཤེས་ནས་འདི་བཞིན་བྲིས་པ་ལགས་ཤིང་། སྤྱིར་བོད་ཀྱི་གཏམ་དཔེར་  
 ཡང་། “དང་པོ་བཤད་ན་མི་མི་དགའ་” ཞེས་པ་ལྟར་དང་། དེ་བཞིན་མཁས་དབང་དག་  
 འདུན་ཆོས་འཕེལ་ནས་ཀྱང་། “མི་རིགས་ཐལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ལ་ནི་དགའ་བ་ཞིག་སྤྱོད་ཏེ་བྱེད་  
 བཤད་ན་ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་བརྒྱས་ཆོས་ཀྱི་དེ། དེ་ལས་སྤྱོད་མི་ཞིག་དགའ་བ་ཏུ་བྱེད་ཏེ་བཤད་  
 ན་མཁས་པར་བརྩོ་བྱིང་ཡིད་ཆེས་པར་བྱེད་འདུག་པས་བྱ་ཐབས་ཟད་” ཅེས་གསུངས་པ་དང་།

དེ་དང་ཕྱོགས་འདྲ་བའི་ནང་དྲ་ར་རྒྱ་ཐའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། “བོད་འདིར་དག་རུང་མི་དག་རུང་  
གཏམ་གང་ཡང་རུང་བ་གྲགས་ཆེན་པོས་སྐྱེ་བོ་ཀུན་ལ་ཡོངས་སུ་བྱལ་བ་ཞིག་ཡིད་ན་གིན་དུ་  
བདེན་པའི་དོན་ཅན་གཞན་ཞིག་སྤྲོས་ཀྱང་ན་བར་མི་འོང་ཞིང་། ཡིད་ལ་མི་བདེ་བ་ཞིག་སྤང་”  
ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཁོ་པོས་བཤད་པའི་དོན་རྣམས་ཀྱང་ན་བར་མི་འགོ་མཁན་ཡོད་པེས་ཀྱང་  
གལ་ཏེ་ཁོང་ཆོ་སྐྱེ་ཆེ་རིང་ཅམ་བཞུགས་ན་དུས་རབས་ཀྱི་འགྱུར་བས་ཁོང་ཆོའི་ན་བར་མི་འགོ་  
ཀ་མེད་ཅིག་བཟུངས་ཡིན། གཙོ་བོ་ནི་ཡུགས་རེ་ཆེ་བའི་བོད་རིགས་གཞོན་ནུ་ཆོའི་སྒོ་སྒོ་  
འབྱེད་པའི་གསེས་སུ་སྒྲིན་ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་ན་ཁོ་པོ་ནི་དེ་ག་རང་གིས་སྒོ་ཁ་རྩོགས་པ་ཡིན་ནོ།

11

དཔུང་ཙོམ་འདི་ནི། བོད་ཀྱི་སྤྱི་སྐད་སྐོར་གྱི་ཆེད་ཙོམ་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཞེས་པ་ལས་ཁོལ་དུ་ཐུང་བ་ལགས།

ཉན་གྲུལ་མཁྱེན་རབ་འོད་གསལ་མཆོག་ནི་(༡༩༣༥—༡༩༩༤)ལམས་མི་ཉག་དུ་འབྱུངས། བོད་ཀྱི་རིག་  
གནས་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་ལོ་རྒྱུས་དང་བརྩོན་སྒྲུབ་པའི་དབང་པོར་གྱུར། བོད་ཀྱི་སྒོ་བ་གསོ་དང་སྐད་ཡིག་ལས་  
དོན་ལ་མངོན་ཐེས་གིན་དུ་ཆེ།

༡༡། རྟོན་པས་གསུངས་པའི་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚམས་ཞེས་བྱ་བ་  
བཞུགས་སོ།།

(དུས་དེ་བ་གོང་མའི་འཕྲོ་)

ལེའུ་བདུན་པ། ལེགས་པར་སྤྱད་པའི་ཚམས།

ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྤྱོད་སྤངས་ཤིང་། །ལུས་ཀྱི་ལེགས་སྤྱད་སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །ལུས་ཀྱི་ཉེས་  
ཆེན་ལས་བསྐྱངས་ན། །ལུས་ནི་བསྐྱམ་པར་བྱས་པར་འགྱུར། །ངག་གི་ཉེས་པར་སྤྱོད་སྤངས་  
ཤིང་། །ངག་གི་ལེགས་སྤྱད་སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །ངག་གི་ཉེས་ཆེན་ལས་བསྐྱངས་ན། །ངག་ནི་  
བསྐྱམ་པར་བྱས་པར་འགྱུར། །ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་སྤྱོད་སྤངས་ཤིང་། །ཡིད་ཀྱི་ལེགས་སྤྱད་  
སྤྱད་པའི་ཕྱིར། །ཡིད་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་ལས་བསྐྱངས་ན། །ཡིད་ནི་བསྐྱམ་པར་བྱས་པར་འགྱུར།  
།ལུས་ཀྱི་ཉེས་པར་སྤྱོད་སྤངས་ཤིང་། །ངག་གི་ཉེས་པར་སྤྱོད་པ་སྤངས་། །ཡིད་ཀྱི་ཉེས་པར་  
སྤྱོད་སྤངས་ཞིང་། །སྦྱོན་གཞན་ལྟན་པ་གང་ཡིན་སྤངས་། །ལུས་ཀྱི་དགེ་བ་རྣམས་བྱ་ཞིང་། །ངག་  
གི་དགེ་བ་ཕལ་ཆེན་བྱ། །ཡིད་ཀྱི་དགེ་བ་རྣམས་བྱ་ཞིང་། །ཆོད་མེད་བཞི་དང་ལྟན་པར་  
བྱ། །ལུས་ཀྱི་དགེ་བ་རྣམས་བྱ་ཞིང་། །ངག་དང་ཡིད་ཀྱིས་བྱས་ན་ནི། །འདི་དང་ཕ་རོལ་  
དག་ཏུ་ཡང་། །རྟག་ཏུ་བདེ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། །རྟག་ཏུ་ལུས་ནི་བསྐྱམས་པའི་ཕྱིར། །ཐུབ་

པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་ནི་འཆོ་མེད་གནས་འགོ་ཞིང་། །གང་དུ་སོང་ཡང་མུ་ངན་མེད།  
 །རྟག་ཏུ་ངག་ནི་བསུམས་པའི་ཕྱིར། །ཐུབ་པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་ནི་འཆོ་མེད་གནས་  
 འགོ་ཞིང་། །གང་དུ་སོང་ནའང་མུ་ངན་མེད། །རྟག་ཏུ་ཡིད་ནི་བསུམས་པའི་ཕྱིར། །ཐུབ་  
 པ་འཆོ་བ་མེད་པ་ཡིན། །དེ་ནི་འཆོ་མེད་གནས་འགོ་ཞིང་། །གང་དུ་སོང་ནའང་མུ་ངན་མེད།  
 །བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་བསུམ་ཞིང་། །བརྟན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ངག་ཀྱང་བསུམ། །བརྟན་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་བསུམ་ཞིང་། །བརྟན་པས་ཀྱན་དུ་བསུམས་བྱས་ན། །དེ་དག་འཆོ་མེད་  
 གནས་འགོ་ཞིང་། །གང་དུ་སོང་ནའང་མུ་ངན་མེད། །ལུས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། །ངག་  
 གི་སྒྲིམ་པ་འང་ལེགས་པ་ཡིན། །ཡིད་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་འང་ལེགས་པ་སྟེ། །ཐམས་ཅད་དུ་ནི་བསུམས་  
 པ་ལེགས། །ཀྱན་དུ་བསུམས་པའི་དགོ་སྒྲོང་ནི། །རླུག་བསུལ་ཀྱན་ལས་རྣམ་པར་འགྲོལ།  
 །ངག་རྣམས་བསྐྱང་ཞིང་ཡིད་ནི་ལེགས་བསུམས་ཏེ། །ལུས་ཀྱི་མི་དགོ་བ་དག་སྦྱད་མི་བྱ། །ལས་  
 ལམ་གསུམ་པོ་འདི་དག་རྣམ་སྦྱངས་ན། །དང་སྤྱོད་གསུངས་པའི་ལམ་ནི་ཐོབ་པར་འགྱུར།  
 །ལེགས་པར་སྦྱད་པའི་ཆོམས་ཏེ་བདུན་པའོ། །



## གཡུང་དྲུང་བོན་སྐྱོར་གྱི་རྒྱན་ཤེས་འགའ་ཞིག

སྐྱན་རིའི་དགེ་བཤེས་སྐྱོན་ལམ་མཐར་ཕྱིན།

### གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བརྟན་པ་འཕེལ་འགྲིལ་དང་འབྲེལ་བའི་ལོ་ཚིགས་རགས་བསྟུས།

བོད་གངས་ལྗོངས་ཚོས་རིག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོག་མའམ་གཞི་རྩ་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་  
བརྟན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་བརྟན་པའི་མངའ་བདག་སྐྱོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྒྱལ་བ་གཤེན་  
པའི་བོ་ཀླན་ལས་ནམ་པར་རྒྱལ་བ་མཆོག་ཕྱི་ལོའི་སྐྱོན་(B.C. ༡༦༠༡༥) ལོ་ལྷི་རྒྱལ་པོ་ཤིང་  
ཕོ་བྱེ་ལོར་སྐུ་འཁྲུངས་ཤིང་འཛམ་གླིང་འདིར་འགྲོད་ན་མཐར་ཕྱིན་ནས་ཕྱི་ལོའི་སྐྱོན་(B.C.  
༥༤༡༥) རྒྱ་ལོས་ལོར་སྐུ་མི་དྭགས་ཀྱི་དུང་ན་ལས་འདས། ཁོང་གི་རྗེས་འཛིན་མཆོག་གྱུར་ནམས་  
ཀྱིས་བརྟན་པ་འདི་ཉིད་རིམ་བཞིན་དྭགས་གཞིགས་ཞང་བོད་མོགས་འཛམ་གླིང་ཕྱོགས་མཐའ་  
གང་སར་བྱུང་སྤེལ་གནང་། ལྷག་ཏུ་བོད་རྗེ་ཐོག་མ་གཙའ་ཁྱི་བཙན་པོ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་སར་བཀོད་  
(B.C. ༡༡༣༥) རྒྱུ་ཤིང་བྱེ་ཤིང་ནས་བོད་རྒྱལ་བཙན་པ་གྱི་གུམ་བཙན་པོའི་(B.C. ༥༡༠  
) རྒྱལ་ས་དར་འཁྲུངས། རྩེ་བོད་གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བརྟན་པ་ཤིན་  
ཏུ་འཕེལ་ཞིང་རྒྱལ་པ་དང་འདུས་ཚོགས་རྒྱ་ཆེ་ལ་མདོ་སྐྱགས་སེམས་གསུམ་གྱི་བོན་སྤེལ་གསུམ་



མ་བྱ་ཆེན་ནམ་མཁའ་གཡུང་རྩུང་(A.D. ༧༧༩—༡༠༥༩)མཆོག་གིས་(A.D. ༡༠༣༥)མེ་  
བྱ་ལོར་ལུང་མཆན་ནིད་སྲིད་པའི་མངོན་ཕྱགས་ལ་བཀའ་འབྲེལ་བཏབ་ཅིང་། ཁོང་གི་སྲས་  
བྱ་རྩེ་གཡུང་རྩུང་ཆོ་མས་(A.D. ༡༠༩༠) ཉམ་བུ་གཉིད་རྩེ་བཙུན། བོད་རབ་བྱུང་དང་  
པོའི་ཆུ་བྱ་ལོར་(A.D. ༡༠༢༣)དཔལ་ལྷན་གཡས་རུ་དབེན་ས་ཁ་ཡི་དགོན་རྩེ་ཕྱག་བཏབ་ནས་  
འཆད་ཅོད་ཀྱི་འདུས་ཆོགས་རྒྱ་ཆེར་དར་འགོ་ཚུགས་པ་དང་བོན་པོ་ཀུན་གྱིས་བརྩི་མཐོང་ཆེ་ཞིང་  
གྲགས་སྟན་རབ་བྱ་འབར་བའི་བོན་གྱི་མ་དགོན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ནའང་ཀུན་མཁུན་རྒྱལ་བ་གཉིས་  
པ་མཉམ་མེད་ཤེས་རབ་རྒྱལ་མཆོན་(A.D. ༡༡༥༥ — ༡༩༡༥)མཆོག་གིས་གཡས་རུ་  
དབེན་ས་ཁ་ཡི་མཁན་པོ་གནང་རིང་འབྱུང་འབྱུག་གིས་འཛིག་པའི་ཤུལ་ད་ལྷ་ཡང་གསལ་པོར་མཇུག་  
ཐུབ། དེ་རྩེས་(A.D. ༡༩༠༥)ཤིང་བྱ་ལོར་རྒྱལ་བ་མཉམ་མེད་ཆེན་པོ་མཆོག་གིས་བོན་གྱི་གདན་  
ས་གོང་མ་བཀྲ་ཤིས་སྟན་རིའི་སྤྱིང་ཕྱག་བཏབ་ཅིང་སྤར་གྱི་དབེན་ས་ཁ་ཡི་སྲོལ་རྒྱུན་བསྐྱངས་ཏེ་  
(A.D. ༡༧༥༧)བོད་ས་ཕག་ལོའི་བར་སྟན་རིའི་བྲི་འཛིན་སུམ་རུ་སོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་བོན་གྱི་རྩ་  
བའི་གུ་ས་རུ་གྱུར་ནས་མདོ་སྟགས་རྩུང་འབྲེལ་འཕྲུལ་ངག་གཡུང་རྩུང་བོན་གྱི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་  
ཁྲུངས་བཙུན་ལ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་བའི་དར་རྒྱས་བྱུང་ཡོད།

བོད་དུ་དུས་འགྱུར་བྱུང་སྐབས་བོད་ས་སྟོད་སྟོད་གང་དུ་འང་བོན་གྱི་དགོན་རྩེ་རྩ་གཏོར་  
མ་བཏང་བ་གཅིག་ཀྱང་ལྷག་མྱོང་མེད། ༡༧༥༧ ས་ཕག་ལོར་བོན་གྱི་གདན་ས་གོང་མ་  
སྟན་རིའི་བྲི་འཛིན་སོ་གཉིས་པ་སྐྱབས་རྩེ་ཤེས་རབ་སྒོ་གྲོས་(༡༧༣༥—༡༧༦༣)རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་  
དང་གདན་ས་འོག་མ་རབ་ལེགས་གཡུང་རྩུང་སྤྱིང་གི་མཁན་རབས་བཙུ་པ་ཤེས་རབ་བསྟན་པའི་  
རྒྱལ་མཆོན་(༡༧༡༣—༡༧༦༧)རིན་པོ་ཆེ། སྟན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་སངས་རྒྱས་བསྟན་འཛིན་  
(༡༧༡༣—༡༧༢༥)རིན་པོ་ཆེ། སྟན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་ཅམ་དག་  
(༡༧༣༥—)རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་བོན་གྱི་ཆ་སྲུལ་དགེ་བཤེས་ཁག་གཅིག་རྒྱ་གར་  
དུ་བྱོས་བྱོལ་ལ་ཕྱེབས་གིང་། དེའི་ནང་ནས་དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་ཅམ་དག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་

དང་དགེ་བཤེས་སངས་རྒྱལ་བཟུང་འཛིན། ( ༡༩༣༩ ) ཉེད་ལྗེ་ཁྱིམ་འཛིན་སོ་གསུམ་པ་  
མཆོག་། ( S.T. Jongdong ) དགེ་བཤེས་བསམ་གཏན་རྒྱལ་མཆོན་ ( ༡༩༩༥ ལྷ་ས་ ༣༠༠༠  
ལོའི་བར་རྒྱལ་སྤྱིའི་བོད་རིག་པའི་ཞིབ་འཇུག་ཆོག་པ་པོའི་ཆོག་པ་པོ་གཙོ། ) བཅས་ ( ༡༩༥༡ ) ལོར་  
དབྱིན་ལན་དུ་བོན་གྱི་རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་རིག་གི་དགེ་ཆན་དུ་ཐེབས་ཤིང་ཞོར་དུ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་  
སྐད་ཡིག་ཀྱང་སྦྱངས་པར་མཛད། ༡༩༥༣ ལོར་སྒྲིལ་རིམ་ཁྱིམ་འཛིན་སོ་གསུམ་པ་ཤེས་རབ་  
སྒོ་གྲོས་མཆོག་རྒྱ་གར་གྱི་ཕྱག་མཁན་མ་རྒྱལ་ལྷ་རྒྱུ་དགོངས་པ་ཚོགས། དཔོན་སྒྲོབ་བཟུང་འཛིན་  
ལྷ་ས་དགེ་ཆན་པོ་ཆེ་ ༡༩༥༤ ལོར་རྒྱ་གར་ལ་ཕྱིར་ཐེབས་ཤིང་མ་རྒྱལ་ལྷ་རྒྱུ་དང་། དེ་དང་རྒྱ་དུ་  
བཅས་སུ་བོན་གྱི་གཞིས་ས་ཞིག་ཐོབ་ཅིང་སྐྱེད་ལ་རྒྱ་ཆེར་གནང་ཡང་རེ་འབྲས་མ་སོན། མཐར་  
སོ་ལན་གྱི་ཉེ་འགམ་སེར་མོར་ཁོངས་གཏོགས་འདོད་ལན་ཇི་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་བྲིམ་ས་མཐུན་དེབ་  
སྤྱུལ་འོག་ས་ཉོས་གནང་ཞེ། ༡༩༥༥ ལོར་བོན་གཞིས་ཐོབ་རྒྱལ་གསར་པ་གསར་འཛུགས་  
གནང་ནས་ཁ་འཐོར་བོན་གྱི་སྐྱ་སྤྱལ་དང་མི་མང་རྣམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་བོན་འབངས་རྣམས་ལའང་  
འཁོར་ས་བརྟེན་ས་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར།

༡༩༥༩ ལོར་སྐར་སྒྲོལ་སྒྲིལ་རིམ་ལུགས་བཟང་ལྷར་དགེ་བཤེས་སངས་རྒྱལ་བཟུང་  
འཛིན་ ( S.T. Jongdong ) མཆོག་སྒྲིལ་རིམ་ཁྱིམ་འཛིན་སོ་གསུམ་པར་གསར་བསྐྱོས་གནང་ཞིང་  
མཆོན་ལུང་རྟོགས་བཟུང་པའི་ཉེ་མ་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་གསོལ། ༡༩༥༩ ལོ་ནས་བཟུང་དཔལ་  
གཤེན་བཟུང་སྒྲིལ་རིམ་ཁྱིམ་དབུ་འཛུགས་གནང་ཞེ་རིམ་བཞིན་སྐར་སྒྲོལ་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་འཆད་  
ཉན་གནང་བས་མ་ཆད་ལྷག་དུ་ ༡༩༥༩ ལོར་གཡུང་དྭང་བོན་གྱི་བཤད་སྤྱོད་འདུས་སྡེའི་  
འཆར་ཅན་གྱི་ཉེན་རིམ་སྤྱིག་སྒྲོལ་རྣམས་གཏན་ལ་ཐབ་ཅིང་ཕྱག་བཟུང་གནང་བའི་འབྲས་བུར་  
༡༩༩༥ ལོར་སྐབས་དང་པོའི་རབ་འབྲམས་དགེ་བཤེས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་ཆོག་པ་པོ་ནས་ད་ལྟ་ ༣༠༠༣  
བར་དགེ་བཤེས་མཛད་སྒོ་ཐོངས་བཅུ་གཅིག་རིང་ཁྱིམ་དགེ་བཤེས་དུག་ཅུ་མ་ཟིན་ཅམ་ལ་སྐབས་  
ཇི་ཁྱིམ་འཛིན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་དང་ཡགོང་ས་ཡུལ་བའི་དབང་པོ་མཆོག་གི་སྐྱ་ཆབ་ཆོས་རིག་



ལས་ཁུངས་ཀྱི་ཕྱག་རྟགས་འབྲུར་མའི་བོན་གྱི་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ཕྱག་འབྲེར་ཐོབ་པ་བྱུང་ཡོད།  
གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བཤད་སྐྱབ་འདུས་སྡེའི་སློབ་གཉེར་གནང་སྟོགས་ལ་ཡགོང་ས་དོན་གྱི་བདག་  
པོ་མཆོག་ ༡༩༥༥ ལོར་བོན་གཞིས་སུ་ཆེབས་བསྐྱུར་བསྐྱངས་སྐབས་བཅས་མིན་གྱི་བསྐྱགས་  
བརྗོད་གནང་བས་མ་ཆད་གཞན་ལའང་སློབ་གཉེར་གནང་སྟོགས་ཐད་བོན་པོ་ཆང་ལ་མིག་དཔེ་  
བཞུགས་པའི་བསྐྱེད་མ་ཡང་གནང་སྟེང་ཡོད།

ཡང་ ༡༩༥༧ ལོ་ནས་བཟུང་ཡོངས་འཛིན་དཔོན་སློབ་བཞུན་འཛིན་མཁུ་དག་རིན་པོ་  
ཆེས་བལ་ཡུལ་འཕགས་པ་ཤིང་ཀུན་གྱི་ཉེ་འགམ་གནས་ཆེན་སྐྱང་རུ་ལུང་བཞུན་གྱི་ཞེས་དུ་བོན་དགོན་  
ཁྲི་བརྟན་ནོར་བུའི་ཙུ་གསར་བཞེངས་གནང་ཞིང་སློབ་གཉེར་གྱི་སྒྲིག་འཆར་སོགས་སྒྲན་རིའི་བཤད་  
སྐྱབ་འདུས་སྡེ་དང་དབྱེར་མེད་པ་ཞིག་བསྐྱངས་པའི་ཉེར་འབྲས་ཀྱིས་ ༡༩༩༡ ལོར་སྐབས་རྗེ་  
སྒྲན་རིའི་མཁན་སློབ་མཁུ་གཉིས་དབུ་བཞུགས་ཀྱིས་སྐབས་དང་པོའི་དགེ་བཤེས་དུག་ཐོན་པ་མཁས་  
དང་། ༡༩༩༣ ལོར་སྐབས་གཉིས་པའི་དགེ་བཤེས་དུག་བཅས་ཀྱི་ཕྱག་འབྲེར་ཁག་ལ་སྒྲན་རིའི་  
མཁན་སློབ་བྱུང་དང་རང་གཞུང་ཆོས་རིག་ལས་ཁུངས་བཅས་ནས་བྱུང་གཉེར་སྐྱེལ་གནང་ཡོད། རྒྱ་  
གར་དུ་དཔལ་གཤེན་བཞུན་སྒྲན་རིའི་སྐྱང་དང་བལ་ཡུལ་དུ་ཁྲི་བརྟན་ནོར་བུའི་ཙུ་བཅས་སུ་བོན་  
གྱི་དགེ་བཤེས་བཏང་བའི་སློབ་བཅུགས་གནང་བའི་ཁྲུལ་དེ་མཁས་སུ་མི་ལོ་ཆིག་ཁྲི་ལྷག་གི་ལོ་རྒྱུས་  
ནང་གསལ་མ་སྟེང་བའི་མཛད་རྗེས་འབྱུར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན།

མདོར་ན་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་ལམ་སྟོན་དང་། ལུ་དཀར་བཞུན་  
པའི་གཙུག་རྒྱུ་སྐབས་རྗེ་སྒྲན་རིའི་ཁྲི་འཛིན་སོགས་པ་ལུང་རྟོགས་བཞུན་པའི་ཉེ་མ་རིན་པོ་ཆེ་  
མཆོག་དང་། སྐབས་རྗེ་སྒྲན་རིའི་ཡོངས་འཛིན་དཔོན་སློབ་བཞུན་འཛིན་མཁུ་དག་རིན་པོ་ཆེ་མཁས་  
གཉིས་ཀྱི་སྐབས་ཆེའི་མཛད་འབྲེན་ཉག་གཅིག་ལ་བརྟེན་ནས་དེང་འཛམ་གླིང་གར་རྒྱུ་གང་དུ་ཡང་  
གཡུང་དྲུང་བོན་གྱི་བཞུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་སྟེང་སྐལ་གསུམ་བྱ་ཡུལ་གྱི་བཞུགས་གོང་སློབ་  
རྒྱ་བལ་ཁྲུལ་གྱི་དགོན་སྡེ་གཉིས་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་མེད་པ་ཡིན་ནོ།།

## སྒྲོན་གཏེར་ཐེག་དགུའི་མདོར་དོན།

- ༡) ནད་གདུང་བཟང་ངན་པ་ལྟས་མོ་ཡིས་བཏག་ནས། ལེགས་ཉེས་བྲུང་དོར་ནི་མཐོང་ཅིས་  
ཀྱིས་གཞལ་ཏེ། རྒྱང་ཡུལ་བདེ་སྤྱད་ནད་གསོ་གཏོ་ཡིས་སེལ་ཞིང་། དུས་མིན་འབྱུང་  
འཁྲུག་འཆི་བསྐྱེད་པུང་གིས་གསོ་བར་བྱེད་པའི་སྤྱུ་གཤེན་ཐེག་པ།
- ༢) བྱེད་སྒྲོལ་བཞི་དང་སྐད་གཅོང་དགུ་ཡི་སྒྲོན་ནས་སྒྲེ་མཚོ་ལ་མི་གཙང་འབག་གི་བ་བསལ་ཞིང་  
འདྲེ་དགུ་སྤྱི་བཅུ་ཐབས་ཀྱིས་འདུལ་བ་དང་། ལྷ་གཉན་ས་བདག་གི་འགྲམ་འཁྲུག་བསྐྱེད་  
ཞིང་མཁའ་མྱོང་དཀྱིལ་ས་གསུམ་གྱི་མཚོགས་ནམས་མཆོད་མདོས་བསྐྱང་རྩས་ཀྱིས་མཉེས་  
ནས་བཏག་འགྲོའི་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་ལེགས་ཚོགས་འཕེལ་ཏེ་མི་མཐུན་སྤྱིགས་མའི་གྲུང་པ་ཞི  
བར་བྱེད་པའི་སྤྱུ་གཤེན་ཐེག་པ།
- ༣) རྩ་འབྲུལ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བདེ་ཐབས་ལ་བཏེན་ནས་བསྐྱེད་སྤྱུ་བ་ལས་སྒྲོར་གྱི་གཞུང་བསྐྱང་  
སྤྱི་བཏག་པའི་དགུ་བཤེགས་ནམས་སྒྲོལ་བར་བྱེད་པའི་འབྲུལ་གཤེན་ཐེག་པ།
- ༤) ཆེ་འདས་ཀྱི་སྒྲོ་ཡིད་སེམས་གསུམ་ཐུགས་རྩས་བཟུང་ཞིང་འདྲུར་ཐབས་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་  
ཅུའི་སྒྲོན་ནས་ལུས་སེམས་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེད་ཞིང་བར་ས་བདེ་ལ་ཡངས་པའི་གནས་སུ་བཞུགས་  
པར་བྱེད་པའི་སྤྱིད་གཤེན་ཐེག་པ་བཅས་ཀྱི་ཡི་ཐེག་པ་བཞི།
- ༥) དད་བཙོན་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཀྱུད་སྤྱུངས་ཤིང་པོན་སྒྲོད་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱིས་གཞུང་བསྐྱང་ནས་  
རྩ་བ་དང་ཡན་ལག་གི་བྲིམས་ནམས་སྤྱང་བར་བྱེད་པའི་དུག་བསྐྱེད་ཐེག་པ།
- ༦) ལུང་རྩེ་སྒྲོད་གསུམ་གྱི་པོན་ལ་འཆད་ཉན་དང་། ལམ་བསྐྱབ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་པ་གསུམ་  
ལ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་སྒྲོན་ནས་བདེན་མེད་སྤྱིས་བྲལ་སྤོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་  
ཅིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལམ་རྩ་ས་བཅུའི་ཡོན་ཏན་མཐར་ཕྱིན་ནས་སྤྱི་གསུམ་རྫོགས་པའི་སངས་

ཀུས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་རྟེན་པར་བྱེད་པའི་དྲུང་སྤྱང་ཐེག་པ།

པ) བསྟེན་པའི་གཞི་མ་སྟོང་གྲ་དང་། སྤྱབ་པའི་ཡན་ལག་བཙོ་བརྒྱད། ལས་ཀྱི་མཆོང་ཆེན་  
སྟོང་གྲ་སོགས་ཀྱིས་ཡི་དམ་གསལ་མཁར་གྱི་གཞུང་བསྐྱང་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྣང་བ་ལྷ་སྤྱང་  
ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོར་སྤྱར་བར་བྱེད་པའི་ཨ་དྲུག་ཐེག་པ།

ཁ) དབྱེངས་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྫོགས་རིམ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་ལ་བརྟེན་  
ནས་བྱུང་འདུག་སྤྱི་ལུས་མངོན་དུ་བྱེད་ཅིང་། རྣང་སྟོང་གཉིས་མེད་ལྷག་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
ཀྱི་སྟོང་དུ་རྩིས་མེད་རྒྱུན་གྲུབ་ཀྱི་གསལ་མཁར་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་པའི་ཡེ་གཤེན་  
ཐེག་པ་སྟེ་འབྲས་བུའི་ཐེག་པ་བཞི།

ཀ) ཡེ་སྟོང་སྒྲིས་བྲལ་ཇི་བཞིན་ཉིད་ཀྱི་གནས་ལུགས་སྤྱི་མེད་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ཐེག་ལེ་ཉག་གཅིག་  
གི་དོན་གཏན་ལ་དབབ་པར་བྱེད་པའི་ཡང་རྩེ་སྤྱི་ན་མེད་པའི་ཐེག་པ་བཅས་སོ།

### བསང་གསོལ་དང་རྒྱུང་ཉིད་སྒྲོལ།

ཀི་ཀི་བསྟོ་བསྟོ་ལྷ་རྒྱལ་ལོ།

དང་པོ་བསང་གསོལ་གྱི་བྱུང་རིམ་ནི། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་  
ཀྱིས་ཐེག་པ་གཉིས་པ་རྣམས་གཤེན་གྱི་བོན་སྟོའི་སྐབས། ཅི་ཤིང་དང་། ལུགས་ཤང་། གསེར་  
སྒྱེམས། ནམ་རྒྱུང་། ཤིང་རིས། བལ་ཆོན་སྤྲ་ཐུ། གསེར་གཡུ། དར་ཟབ་སོགས་སྤུན་སུམ་  
ཆོགས་པའི་ཡོ་བྱད་བསགས་ཏེ་ལྷ་བསང་དང་། མཛོལ་བསང་། གྲིབ་བསང་། བཙོག་བསང་  
བཅས་བསང་གི་རྣམ་གྲངས་དུ་མ་ཞིག་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ནས་བསང་གསོལ་ལྷ་མཆོང་གྱི་ཤེས་  
རིག་འདི་ཉིད་དབྱ་བརྩམས་ཤིང་། སྟོན་པའི་རྗེས་འདུག་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱག་ལེན་གྱི་སྟོལ་དེ་ཉིད་  
མ་ཉམས་པར་རྒྱུན་བརྒྱུངས་གནང་བ་དང་། ལྷག་དུ་སྟོན་པ་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དེ་ཉིད་  
པོད་གངས་ཅན་གྱི་ཞིང་འདིར་ཐེབས་གནང་སྐབས་པོད་ཀྱི་བོན་པོ་རྣམས་ལ་ཡར་ལྷ་གསོལ་བ་

དང་། མར་ཐུད་བཀར་བའི་ཐབས་ཀྱི་བོན་ཐུན་ཆོགས་ཤེ་བཞུན་པ་ནས་རིམ་བཞིན་བོད་མིའི་  
ཐུན་ཐུན་གྱི་འཆོ་བའི་བྲིད་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ཆ་ཐུན་ཞིག་དུ་ཐུར་ཏེ་བོད་རྗེ་ཐོག་མ་གཙའ་  
ཁྱིམ་ཅན་པོའི་སྐབས་གངས་ཅན་གྱི་ལྗོངས་འདིར་ཐུ་འབྲས་ཀྱི་བོན་ཡོངས་རྫོགས་དར་བ་དང་།  
བསང་མཆོད་ལྷ་གསོལ་གྱི་རིམ་པའང་སྤར་ལས་དར་ཐུས་སུ་ཕྱིན་ནས་དུས་དེ་རིང་ལ་མ་ཐུག་  
གི་བར་དུ་བོད་ཀྱི་སློང་དཔོན་མི་དྲག་དང་། ཆབ་འབངས་སེར་སྐྱ་སོགས་ཀྱིས་ཐུན་བཀོལ་གནང་  
བས་མ་ཆད། སྤར་དར་མ་མྱོང་བའི་ཕྱི་རྒྱལ་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་འཕེལ་ཐུས་འགྲོ་བཞིན་པ་ཡིན།

བསང་གསོལ་གྱི་དོ་བོ་ནི། བསལ་བྱའི་རིགས་སེལ་བ་དང་དག་པར་བྱེད་པའམ། མི་  
གཙང་སྒྲིན་གྱི་བཀྱི་ཉེས་ཆོགས་དག་ཅིང་ཆངས་པར་བྱེད་པས་ན་བསང་ཞེས་དང་། མགྲོན་  
རིགས་རྣམ་པ་བཞིར་མཆོད་ཅིང་བསྟོད་དེ་མཉེས་སུ་གསོལ་བས་ན་དེ་སྟོད་དུ་བྱེད་ལས་ཀྱི་ཆ་  
ནས་བརྗོད་པའོ།།

བསང་རྗེས་ནི། དེ་བཟང་བདུད་ཅི་ཅན་གྱི་ཤིང་སྤྲ་དང་། དཀར་མངར་འབྲུ་རིགས།  
རིན་ཆེན་དར་ཟབ། ཕྱེ་མར་འོ་གོན། ཆང་ཕུད་གསེར་སྐྱེམས་སོགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་  
མཆོད་རྗེས་གང་འཕྱོར་རྣམས་དང་། མཉོལ་བསང་སོགས་དམིགས་བསལ་ཅན་རྣམས་ལ་བསང་  
རྗེས་གཞན་ཡང་སྤྱོད་དོ།།

བསང་གསོལ་འབུལ་ཚུལ་ནི། ཡིན་ལུགས་བྱང་རབས་ཀྱི་སྤྱང་བརྗོད་ཅིང་། སྤྱ་སྤྱ་  
རོལ་དབྱངས་ཀྱིས་སྤྱངས་ནས། སྤྱི་ཞུའི་མགྲོན་ལ་སྤྱི་བསྟོར་ཆོགས་རྫོགས་ཀྱི་ཆེད་དང་།  
ཡིན་ཏན་མགྲོན་ལ་བཞུན་སྤྱང་གོགས་བཅོལ་གྱི་ཆེད། ལན་ཆགས་མགྲོན་ལ་གནོད་སེམས་  
གདུག་པ་ཞི་ཕྱིར་དང་། སྤྱང་རྗེའི་མགྲོན་ལ་མ་རུས་སྤྱིན་གཏོང་གི་ཆེད་དུ་འབུལ་བའམ། ཡང་  
ན་སྤྱང་དོ་སོ་མཐོ་བ་དང་། ནད་སེལ་བར་ཆད་ཆོག་པ། སྤྱོད་སྤེལ་སྤྱུ་གསོ་བ། ལོ་ལེགས་  
བཅོལ་སད་སྤྱང་བ། དུས་མིན་འཁྲུག་ཅོད་ཞི་བ། ཆར་ཚུ་དུས་སུ་འབབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་  
དུ་འབུལ་བའོ། །

བསང་གསེལ་གྱི་ཕན་ཡོན་ནི། ཆོ་གཡང་ཡོངས་སྤྱོད་འཕེལ་ཞིང་ཆག་ཉམས་འགལ་  
འབྱུལ་སེལ་བ་དང་། བདེ་སྐྱིད་ལེགས་པའི་དཔལ་ཡོན་ཐམས་ཅད་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྱུར་པ་  
སོགས་སོ།།

གཉིས་པ་རྒྱུད་རྟེན་རིམ་པ་ལ། རྒྱུད་རྟེན་རྒྱ་ནི་འབྲུང་ཡའི་ཁ་དོག་གང་རུང་གིས་མཆོར་  
པའི་གོག་བྱ་དང་དར་ཆོན་ཅི་རིགས་པའི་དབྱས་ཆོ་སྟོག་གི་རྒྱུན་མཆོར་བྱེད་ཅང་ཤེས་གྱི་རྟ་དང་།  
བར་ཆོད་རྒྱུན་ཆོགས་ཀྱིས་འགོག་པ་མེད་པའི་བདེ་རུ་སྤྲུལ་མེད་ཁ་གོད་ཅན། སྤུན་ཆོགས་འདོད་  
དགུ་འབྲུང་པའི་བདེ་རྟོག་པ་ལྟར་དང་རིན་ཆེན་རྒྱུན་སྤྲུལ། དབང་ཐང་དགྲུང་དང་མཉམ་  
པའི་བདེ་རྟོག་པ་མཆོགས་འགོ་འཕྲུར་སྤྲུལ་གྱིས་གར་བསྐྱར་བ། དཔལ་གྲགས་དབྱེ་འཕང་གྱིན་  
དུ་འཕྲུར་པའི་བདེ་རུ་སྤྲུལ་མེད་ཁྱུང་འབྲུག་རིས་ཀྱིས་ཟུར་ནས་བརྒྱན་པ་འཕམ། ཡང་ན་ནམ་  
མཁའི་མཆོར་རྟགས་སུ་བྱུང་། ས་ཡི་མཆོར་རྟགས་སུ་མེད་གོ། རྒྱ་ཡི་མཆོར་རྟགས་སུ་འབྲུག  
ཁེ་ཡི་མཆོར་རྟགས་སུ་སྟག། རྒྱུད་གི་མཆོར་རྟགས་སུ་རྟ་སོགས་བཞོད་རྗེས་སྟོག་ལུས་དབང་  
ཐང་རྒྱུང་རྟ་རྒྱ་དཔལ་ནམས་བསྐྱེད་པའི་གཟུངས་དང་། བམ་བསྐྱར་དུ་བདག་འཆང་བ་པོའི་  
ལོ་ཁམས་དང་མིང་རུས་བཅས་བྲིས་ལ་གང་མོས་འདོད་གསེལ་གྱིས་བརྒྱན་ཏེ་གི་བསྟོ་རྩ་རྒྱལ་  
དང་བཅས་རྒྱུད་ལ་འཕྲུར་བའོ།།

རྒྱུད་རྟེན་དགོས་པ་ནི། དེ་རྩེར་བགྱིས་པས་རྒྱུད་རྩམས་སྟོན་མ་ལ་སོགས་རྒྱུད་གི་རྩ་  
མོ་ནམས་ཀྱི་བྱིན་སྐབས་དང་རུས་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཞུགས་ནས་འཆང་བ་པོའི་འབྲུང་ཁམས་བདེ་  
ཞིང་ཆོ་བསྟོད་དཔལ་གྲགས་བདེ་སྐྱིད་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་གོང་ནས་གོང་འཕེལ་  
དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ལུང་ལས། བྱིང་ཅེར་རྒྱུད་རྟ་གཟུག་ལ་དར་ཆོན་ཕྱར། །དེ་ཡིས་བྱིང་  
གི་ཟིན་གོག་བསྐྱོག་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། འབྲུང་བ་རྒྱུད་གི་རྩ་མོས་བྲིངས་བ་སེལ། །ཞེས་  
སོགས་གསུང་པ་རྩེར་རོ།། ॥

གཡུང་རྩུང་པོན་གྱི་བསྟན་འབྱུང་མོགས་དཔེ་དེ་བཤེས་གཅིག་གི་ངོ་སྤྲོད།

མཛད་མདོ་རྒྱས་པ་དྲི་མེད་གཟེ་བཞི་དང་། བཀའ་འགྱུར་མདོ་སྡེ། རྟེན་ཆེན་དཔྱ་ཆ་  
གྱུར་མེད་གྱིས་སྐུ་ལ་སྐྱེས་ཐོན་ཉིང་པོ་ལ་སྟན་དུ་བརྒྱད། ༡༡༤༠ ལོར་སྐྱེས་འབྱུངས། ་

མཛད་མདོ་འབྲིང་པོ་གཟེར་མིག་ །བཀའ་འགྱུར་མདོ་སྡེ། དྲང་རྩེ་བརྩན་པ་གསེར་  
མིག་གིས་སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་པར་གཏེར་ལས་བཏོན།

མཛད་མདོ་བསྐྱས་པ་མདོ་འདུས། བཀའ་འགྱུར་མདོ་སྡེ། དུས་རབས་བརྒྱ་པར་  
ཨ་ཙ་ར་མི་གསུམ་གྱིས་གཏེར་ལས་བཏོན།

མཛོད་སྒྲ་འབྲེལ་འཕུལ་གྱི་སྡེ་མིག་ ་ ༡༡༠༩ ལོར་གྱུར་མི་ཉི་འོད་གྱིས་གཏེར་  
ལས་བཏོན།

ཅ་རྒྱུད་ཉི་ཟེར་སྒྲིལ་མ། བྲ་པོ་སྒྲོམ་ཉག་གིས་གཏེར་ལས་བཏོན།

སྤྱིད་པ་རྒྱུད་གྱི་ཁ་བྱང་ཆེན་མོ་དང་། བོན་ཆོས་དར་རྒྱབ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་བསྒྲགས་པ་རིན་  
ཆེན་སྤྱིང་གྲགས། ༡༡༠༡ ལོར་ཁོད་སྤྱངས་སྒྲོ་གྲོས་ཐོགས་མེད་གྱིས་བཏོན།

བསྟན་པའི་རྣམ་བཤད་དར་རྒྱས་གསལ་སྒྲིལ། ༡༡༡༤ ལོར་སྤྱ་བསྟན་རྒྱལ་བཟང་  
པོས་མཛད།

རྒྱལ་རབས་བོན་གྱི་འབྱུང་གནས། དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་འོད་ཀྱི་ལོ་སྒྲོ་གྲོས་རྒྱལ་  
མཆན་གྱིས་མཛད།

སྤྱི་ལོ་དོན་སྡེ་བ་སྤང་གསལ་སྒྲིལ་མེ། ལྷ་ཉི་མ་གྲགས་པས་མཛད།

སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་ཅིས་ངོ་མཆར་ནོར་བུའི་སྤྱིང་བ་དང་། བསྟན་ཅིས་རྣམ་བཤད།

བཀའ་བརྟན་འགྱུར་གྱི་བཀའ་ཆག་བོན་གྱི་པད་མོ་རྒྱས་བྱེད་ཉི་འོད་བསྟན་པའི་མེ་རི་སྤར་བའི་  
རྒྱང་གཡལ། སྒྲིལ་པའི་བྲི་འདོན་ཉེར་གསུམ་པ་ཀུན་མཁྱེན་ཉི་མ་བསྟན་འདོན་གྱིས་མཛད། ༡༡༡༤

ལོར་འབྱུངས། ་

ལེགས་བཤད་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་མཛོད། ཤར་རྩ་བྱེས་ཀྱི་མཆོན་གྱིས་མཛད།

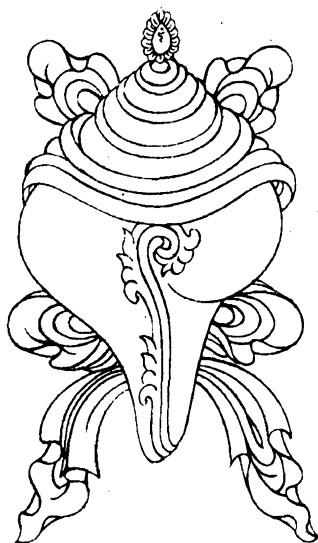
༡༩༥༧༡༡༧༧༩༩༩

གཡུང་རྩུང་པོན་གྱི་བསྟན་འབྱུང་སྒྲུང་བ་དཀར་པོའི་དཔལ། ཡོངས་འཛིན་ཚུལ་  
ཁྲིམས་ཀྱི་མཆོན་གྱིས་མཛད། ༡༩༥༩ ལོར་འབྲུངས།

གཡུང་རྩུང་པོན་གྱི་བསྟན་འབྱུང་ཕྱོགས་བསྟུས། མཁས་དབང་དཔལ་ལྷན་ཚུལ་ཁྲིམས་  
གྱིས་མཛད། ༡༩༧༠༡༡༧༧༩༩

མཛད་ཆེན་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་རྩམ་བཤད། ཡོངས་འཛིན་སངས་ཀྱིས་བསྟན་འཛིན་གྱིས་  
མཛད། ༡༩༧༡༡༡༧༧༩༩

རྩྭ་པ་སངས་ཀྱི་སྤྱི་རབས་པད་མ་དཀར་པོའི་ཐེང་བ། གཡུང་རྩུང་པོན་གྱི་  
བསྟན་པའི་འབྱུང་ཁྲུང་སྒྲུང་བསྟུས། ལྷ་རབས་བོད་ཀྱི་བྱང་བ་བཟོད་པའི་འབེལ་གཏམ་ལུང་  
གི་སྤྱི་པོ། ཡོངས་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་བསྟན་འཛིན་རྩམ་དག་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་མཛད།  
༡༩༧༦ ལོར་འབྲུངས། གཞན་ཡང་པོན་མཐུན་འབྲེལ་ལྷན་ཁང་གི་ལོ་དེ་བ་པོན་སྟོ་ཁག་  
དང་། བལ་ཡུལ་གྱི་བཟན་མོར་བུ་ཅེའི་ལོ་དེ་བ་བཟུས་པའི་འབེལ་གཏམ་བཅས་སུ་གཟིགས་  
པར་བྱའོ།





## ངག་དབང་ཡུན་ཚིགས་ལགས་སུ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པ།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** ངག་དབང་ཡུན་ཚིགས་ལགས་བགྲིས་བདེ་ལེགས། བྱེད་རང་བཅན་གྱི་ལ་སྒྲིལ་ཚིགས་ནང་འཆར་ཡོངས་བྱུང་བའི་བོད་མི་གེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་དང་ལས་དོན་ཐོག་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། བྱེད་རང་གི་ལོ་རྒྱུས་མདོར་བསྡུས་ཤིག་ང་ཚོར་དོ་སློང་གནང་རོགས།

**ངག་ཡུན།** ང་བོད་ནས་བཅན་གྱི་ལ་དུ་འབྱོར་རྗེས་འབྲུག་ཡུལ་ལ་འབྲུག་ཙམ་བསྟན། དེ་ནས་ཡ་སྐབས་མགོན་པོ་ཉེ་མཆོག་གི་ལ་ཕེབས་ཅང་། ང་རང་གི་པ་ལགས་དང་ཨ་མ་ལགས་ནས་གཉིས་འབྲུག་ཡུལ་བརྒྱུད་ནས་ཕྱ་གར་ལ་ཕེབས་པ་རེད། སྐག་ས་ནས་ང་རང་རྗེ་རྒྱུང་ལ་སློབ་གྲུ་འགོ་འཁུགས་བྱས་ཡོད་ཅང་དེར་བཏང་གནང་མོང་། དེར་ལོ་བདུན་བརྒྱད་བསྟན་པ་ཡིན། དེ་ནས་ང་རང་གི་སྤྱན་མཆེད་ཆུང་བ་ཏལ་ཏོར་ལ་ཡོད་ཅང་དེར་འབྲུག་ཙམ་བསྟན་པ་ཡིན། ཅ་བའི་སློབ་སྦྱོང་མང་ཆེ་བ་བོད་གཞུང་སློབ་གྲུ་ཉེ་ནང་བྱས་པ་ཡིན། དེ་རྗེས་ལག་ནའོ་ཕྱ་གར་སློབ་གྲུ་ཉེ་ནང་ལོ་ངོ་བཞི་ལྷ་ཙམ་བསྟན་པ་ཡིན། སློབ་གྲུ་དེ་ཐོན་རྗེས་མུ་ཏཱ་ལ་ལ་ཕྱ་གར་གྱི་མཐོ་སློབ་ཞིག་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ནང་ཆོན་རིག་ཐོག་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་པར་ཕྱིན་ནས་དེར་ལོ་ངོ་གསུམ་ཙམ་བསྟན། དེ་ཐོན་རྗེས་གེས་རིག་ལས་ཁུངས་ཁོངས་སུ་ཞབས་

ཕྱི་ཞུས་ནས་མ་རྒྱ་ལྷོ་ལ་སློབ་གྲངས་པོ་འགོ་འདྲེགས་བྱེད་སྐབས་ཀྱི་ལས་ཀ་བྱེད་མཁན་གཅིག་  
ང་རང་ཡིན། སློབ་གྲྲ་དེར་ཟླ་བ་ལྔ་དྲུག་ཙམ་བསྟན། དེ་རྗེས་དགེ་ཆེན་འོས་སློང་བྱེད་པར་  
ལྷོ་ལའི་ཕྱིན་པ་ཡིན། དགེ་ཆེན་འོས་སློང་ཆར་རྗེས་ཅུ་པའི་ཞབས་ཞུ་བྱེད་ཐབས་བྱས་ཀྱང་  
དོན་དག་མ་འགྲིག་པར་ལོ་འགའ་ཤས་རིང་ལས་ཀ་མེད་པར་ལུས་བྱུང་། དེ་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་  
སློབ་གྲྲ་ཞིག་གི་ནང་ཆོན་རིག་གི་དགེ་ཆེན་བྱེད་པར་ཕྱིན་ཏེ། སློབ་གྲྲ་དེའི་ནང་དགེ་ཆེན་ལོ་  
བཞི་ཙམ་བྱས་རྗེས་རྒྱ་གར་ནང་དཀའ་ངལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་སྐབས་སྐབས་དེ་དུས་ཨིན་དར་  
ཁྱན་རྩི་མིང་སློབ་བྱེད་པའི་སྐབས་རེད། དེ་སྐབས་སེམས་ཏྲིག་ཙམ་མ་སྦྱིད་པའི་གནས་ཚུལ་  
བྱུང་ནས་ཨ་རིར་སློབ་སློང་བྱེད་པར་ཕྱིན་ན་ཏྲིག་ཙམ་ཡག་པ་མི་ཡོང་ངམ་བསམས་ནས་ཕྱི་  
ལོ་ ༡༩༥༦ ལོར་ཨ་རིར་སློབ་སློང་བྱེད་པར་ཕྱིན་པ་ཡིན། བཞི་རིག་པའི་ཁྱུ་གཏེར་གྱི་  
སློབ་སློང་བྱས་པ་ཡིན། རང་ཉིད་སློབ་གྲྲ་གང་དུ་ཕྱིན་མིན་གྱི་སྐོར་མདོར་ཙམ་ཡིན།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** རལ་ཏོར་ལ་འཛིན་རིམ་ག་ཆོད་པར་འགྲིམས་གནང་བ་ཡིན་ནམ།

**ངག་ཡུན།** རལ་ཏོར་ལ་འཛིན་གྲུ་བརྒྱུད་པ་བར་བསྟན་པ་རེད། འཛིན་རིམ་བརྒྱུད་པའི་ཡིག་  
རྒྱུགས་བཏང་རྗེས་ང་རང་ལ་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིན་བདག་ཞིག་རག་པ་རེད། ཁོ་རང་གིས་འདིར་སློབ་  
གྲྲའི་ནང་གི་ཁ་ལག་སོགས་ཞེ་དྲག་སྒྲིལ་འདུག་ཅེས་ཁོ་རང་གིས་རོགས་པ་བྱས་ཏེ་ལག་ནའོ་ལ་དབྱིན་  
ཇིའི་སློབ་གྲྲ་ཞིག་གི་ནང་བཏང་བ་རེད། དེར་ང་རང་ལོ་བཞི་ཙམ་བསྟན་པ་ཡིན།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** ད་ལྟ་ཨ་རིར་ཐུག་ལས་གཙོ་བོ་གང་གནང་གི་ཡོད་དམ།

**ངག་ཡུན།** ད་ལྟ་ང་རང་ཨ་རིའི་མཐོ་སློབ་ཁང་ཞིག་གི་ནང་། ཅུ་པའི་མངའ་སྡེའི་མཐོ་སློབ་  
ཁང་རེད། དེའི་ནང་དགེ་ཆེན་འོས་སློང་གི་སློབ་སློང་གཞི་ཅུ་གཙོ་བོར་བཞག་པ་གང་ཞིག་ལ།  
སློབ་གྲྲའི་ནང་དགེ་ཆེན་གནང་བཞིན་པ་ཆོར་ཤེས་རིག་གི་བསམ་ཚུལ་ཐོག་ལ་སློབ་སློབ་བྱེད་

ཀྱི་ཡོད།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** ལོ་རྒྱུས་ཉན་དུས་ཁྱེད་རང་ང་རང་ཆོ་བོད་པའི་སློབ་གྲུའི་ནང་ཕེབས་ཏེ། བོད་  
ཀྱི་རིག་གཞུང་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་ཆུན་གང་ཡོད་པ་ནམས་སྦྱངས། དེ་ནས་རྒྱ་གར་དང་ཨ་  
འི་སློབ་གྲུའི་ནང་ཕེབས་ནས་དེང་དུས་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་གནང་བ་བཅས་གང་ཨར་ཁྱེད་  
རང་གི་མི་ཆེད་ནང་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ང་རང་ཆོ་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་གཉིས་  
ཀ་ཐོབ་འདུག །དེ་བཞིན་ང་ཆེད་སྤྱི་ཚོགས་དང་དེང་དུས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་ཆང་མ་གཟིགས་  
ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་དེང་རབས་ཀྱི་ཤེས་ཡོན་དང་ང་ཆོ་བོད་ཀྱི་སློབ་རྒྱུན་གྱི་ཤེས་ཡོན་དབར་  
ཁྱད་པར་གཙོ་བོ་གང་འདུག་གམ།

**ངག་ཕུན།** ང་ཆོད་སློབ་རྒྱུན་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐད། ཟ་བའི་ང་ཆོ་བོད་མིའི་ངོ་བོ་དང་  
མི་རིགས་ཀྱི་འཛིན་སྦྱོང་། དེ་བཞིན་སོ་སོའི་མི་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས། ཆོས་འབྱུང་། རྒྱལ་ཁབ་  
ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བཅས་གཞི་ལ་བཞག་པའི་ཐོག་ནས་སློབ་སྦྱོང་དངོས་གནས་ཡག་པོ་ཞིག་ཐོབ་བྱུང་  
བསམ་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་སེམས་ནང་དགའ་ཆོར་དང་སློབས་པ་ཡོད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཐོབ་པའི་  
ཁེ་ཕན་འོག་ང་རང་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོའི་ནང་ད་ལྟ་བར་ལོ་མང་པོ་དེ་ཙམ་བསྟན་པ་རེད་ཀྱང་། བོད་  
མིའི་མི་རིགས་ཀྱི་སློབས་པ་དང་སོ་སོའི་གོམས་གཤིས་ཡག་པོ་དེས་ང་རང་མི་ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་  
བྱུང་བསམ་པའི་དགའ་ཆོར་དང་སློབས་པ་ཞེ་བྱག་ཡོང་གི་ཡོད། དངོས་གནས་བྱང་གནས་  
བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དེའི་བཀའ་བྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་ང་རང་གི་སེམས་ནང་  
ག་དུས་ཡིན་རུང་གཞན་ཕན་བྱེད་རྒྱ་དང་མི་སྦྱོ་བཞིག་མཐོང་ན་ལམ་སང་རོགས་པ་བྱེད་འདོད།  
དེ་བཞིན་མི་གཞན་ལ་གཞོད་འཆོ་བྱེད་འདོད་མེད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་གོམས་གཤིས་ཡག་པོ་  
ཞིག་འཇགས་འདུག །བྱས་ཅང་དེ་ཕལ་ཆེར་སློབ་རྒྱུན་ཡོན་ཏན་གྱི་བཀའ་བྲིན་ལ་བརྟེན་ནས་  
བྱང་བཞིག་དུ་མཐོང་གི་འདུག །

དེ་བཞིན་ཨ་རིའི་ནང་དང་རང་ལོ་མང་པོ་བསྐྱད་པ་རེད། རྒྱ་གར་ནང་འཆར་ལོངས་  
ཤུད་དུས་དེང་དུས་ཀྱི་ཆུ་རིག་དང་ཨང་ཅིས། དེང་དུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་རྒྱལ་རབས་དེ་ཆོའི་  
ཐོག་སློབ་སྦྱང་བྱུང་བ་དེས་སོ་སོའི་སློབ་རྒྱུན་གྱི་གཞི་རྩ་ཡག་པོ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ལ་དེའི་མཛུས་  
རྒྱུན་ཡན་ལག་འདྲ་བོ་ཆགས་དུས། ང་རང་མི་ཆ་ཆང་བཞིག་ཆགས་ཡོད་བསམ་པ་འདུག །དེང་  
དུས་ཀྱི་ཤེས་རིག་ནང་སེམས་རྒྱུད་ཡག་པོ་ཤུད་རྒྱ་དང་མིའི་བཟང་སྤྱོད་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་སྤངས་  
དེ་ཆོར་ཡང་སློབ་སྦྱང་ཏན་ཏན་ཡོད་པ་རེད། ཡང་འགའ་ཤས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ལ་དེང་དུས་  
ཀྱི་ཤེས་ཡོན་ནང་མིའི་གཤེས་རྒྱུད་ཡག་པོ་ཆགས་ཐབས་མེད་པ་རེད་དགོངས་ཀྱི་འདུག་ཀྱང་  
དེ་འདྲ་ཏན་ཏན་རང་མ་རེད།

ཡིན་ན་ཡང་པོད་པའི་སློབ་རྒྱུན་ནང་སེམས་རྒྱུད་ཡར་རྒྱས་གཏོང་རྒྱུ་དེ་ཏན་ཏན་གྲགས་  
ཆེན་པོ་ཞིང་འདྲ་ཡོད་པ་རེད། ཞིགས་པ་ལངས་པ་ནས་དགོང་མོ་མ་ཉལ་བར་གོམས་གཤིས་  
དེ་ཆོ་ཡག་པོ་ཞིག་འཇགས་འདུག་བསམ་པ་དམ་གྱི་འདུག །དེའི་ཁེ་ཕན་ལ་བརྟེན་ནས་ད་ལྟ་  
ང་རང་གིས་སྤྱི་རྒྱལ་བར་སློབ་སྐབས་ང་རང་གི་སྐུལ་སློང་དངོས་གནས་དང་གནས་ཞིང་འདྲ་ཡག་  
པོ་མེད་འགྲོ་བསམ་པ་མཐོང་གི་འདུག །དེ་ཡང་ང་རང་ཡག་པོ་ཡིན་ཞེས་འུད་ཤོབ་བཤད་པ་  
དེ་འདྲ་མིན། ང་རང་གི་དགེ་སྤྱུག་སྤྱི་རྒྱལ་བ་དེ་ཆོས་དང་པོ་ངའི་འཛིན་གྱིའི་ནང་སླེབས་སྐབས།  
ང་པོད་པ་ཡིན་ཅང་ཁོ་ཆོའི་མྱོང་ཆོར་ནང་དོགས་འཆར་འདྲ་མིན་ཡོང་གི་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་  
བཟུང་ད་ལྟ་བར་ལོ་བཅུ་ཙམ་འགྲོ་སྐབས་དེང་སང་ཉི་འཁོར་ཆང་མའི་ནང་ང་རང་དགེ་ཆུན་གང་  
འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ཤེས་སྐབས་ངའི་འཛིན་གྱིའི་ནང་ཡོང་མཁན་གྱི་སྤྱ་གུ་འཆང་ག་ཡོང་གི་འདུག  
ཁོ་ཆོས་གང་ཟེར་གྱི་འདུག་ཟེར་ན། ཆུན་ལགས་འདི་དངོས་གནས་དང་གནས་དགེ་སྤྱུག་ལ་  
བརྟེན་པ་གནང་མཁན་དང་ཁོ་རང་གི་སློབ་རྒྱུའི་སློབ་ཆུན་དེ་གཅིག་ཤུའི་འགན་ཙམ་མ་ཡིན་པར་  
དགེ་སྤྱུག་གི་བདེ་སྤྱུག་ལ་བསམ་སློབ་གཏོང་མཁན་གྱི་དགེ་ཆུན་བཟང་པོ་ཞིག་འདུག་ཟེར་གྱི་ཡོད་  
པ་རེད། ཁོང་ཆོས་ང་བཟང་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལ་སློབ་སྦྱང་སྤྱོད་སྤངས་ཡག་པོར་བརྟེན་པ་

འདུག །ང་རང་བོད་པ་ཡིན་ཙང་ང་ཆོའི་གོམས་གཤེས་ཀྱི་ཐོག་ནས་དཔེ་མཆོན་གོད་སྐབས་  
 ཁོ་ཆོར་ཞེ་དྲག་པན་གྱི་ཡོད་ས་རེད། གང་ཡིན་ཟེར་ན་ནམ་རྒྱུན་སློབ་མཁན་དེ་ཆོར་དཔེ་དེ་  
 འདྲ་བཤད་རྒྱ་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་རང་ལ་དཔེ་མང་པོ་གོད་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད། ལོ་རྒྱུས་ཏོག་  
 ཅམ་གོད་སྐབས་སློབ་ཕྲུག་ཆོས་ཞེ་དྲག་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག ཁོ་ཆོས་གང་ཟེར་གྱི་ཡོད་  
 ཟེར་ན། བྱེད་རང་གིས་སློབ་སྐབས་གནས་ཚུལ་དེ་ནམས་བཤད་པ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་བྱེད་རང་  
 ཟེར་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་འདྲ་བཤད་ཡོང་དུས་ཁོ་རང་ཆོར་དགའ་ཆོར་ཆེན་པོ་ཞེ་དྲག་ཡོང་གི་  
 འདུག་ཟེར་གྱི་འདུག །ང་རང་གི་དགེ་ཆན་འདི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་དམིགས་བསལ་  
 ཞེ་དྲག་འདུག་བསམ་པ་དང་། ང་རང་གིས་བཤད་པ་དེ་ནམས་ཀྱང་སྦྱང་འདྲ་བོ་མ་ཡིན་པར་འབྲེལ་  
 བ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་བཤད་དུས་ཞེ་དྲག་དགའ་པོ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད་དགེ་ཕྲུག་ཆོས་ང་ལ་  
 ཡིག་ཞེ་དྲག་མང་པོ་འབྱོར་གྱི་འདུག །བྱས་ཙང་ང་རང་གི་སེམས་ལ་ཞེ་དྲག་དགའ་ཆོར་ཡོང་  
 གི་འདུག །

**ཅོམ་སྒྲིག་པ།** བྱེད་རང་ད་ལྟ་འཁྲུག་ཆ་ཆེ་བའི་སྤྱི་ཆོགས་ཤིག་གི་ནང་བཞུགས་ཡོད་དུས།  
 སློན་མ་སློབ་གྲ་དང་པ་མའི་ས་ནས་འཇགས་པའི་བཟང་པོའི་གོམས་གཤེས་ཡག་པོ་ཞིག་ཡོད་  
 པ་དེ། དེང་དུས་སྤྱི་ཆོགས་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་བའི་སྐབས་བརྒྱུག་པའི་ཉེན་ཁའམ། ཡང་ན་  
 སྤྱི་ཆོགས་དེ་དང་མཐུན་གྱི་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་རིགས་འཕྲད་ཀྱི་འདུག་གམ།  
**ངག་ཕུན།** རང་ཉིད་སློབ་སྦྱང་བྱེད་པའི་སྐབས་དང་དགེ་ཕྲུག་ཡིན་པའི་སྐབས་ཏོག་ཅམ་དཀའ་  
 ངལ་ཟེར་ན་འང་མི་འདུག །ང་ཆོ་བོད་པའི་བཟང་སྦྱོང་ནང་དམ་པ་བྱེད་རྒྱ་མེད་པ་དང་རྒྱུན་  
 དུ་སྒྲིམ་ཆུང་བྱེད་དགོས་ཞེས་གྲགས་ཆེན་པོ་བཤད་ཡོད། ཅུ་བའི་དེ་དངོས་གནས་ཏུང་གནས་  
 ཡག་པོ་རེད། ཡིན་ནའི་ཨ་རི་སྤྱི་གས་ལ་ཆ་བཞག་ན་དམ་པ་ག་ཆོད་ཆེན་ཡག་པ་དང་མ་གཤེས་  
 ཀྱང་གསེག་གྱི་ཡོད་མདོག །འཛོལ་གྱི་མེད་ཀྱང་འཛོལ་གྱི་ཡོད་མདོག་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་དེ་ཆོ་

ག་དུས་ཡིན་ཡང་སྡོན་དུ་སླེབས་ཀྱི་འདུག །ཅ་པའི་རྒྱན་རིང་པོ་གནས་ཁག་པོ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ཁེ་ཕན་དང་པོ་དེ་ཐོབ་པ་བྱེད་ཀྱི་འདུག །བྱས་ཅང་དེ་ཚོའི་ཐོག་ལ་ཀུན་སྦྲང་ཡག་པོ་ཡོད་པ་དེ་ཚོར་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་མ་རེད། འོན་ཀྱང་དམ་པ་ཆེ་ཙམ་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ཚོ་གལ་ཆེན་པོར་ང་རང་གིས་མཐོང་བྱུང་། སྐབས་རེ་རང་ཉིད་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་གོ་སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་མི་འདུག །བྱས་ཅང་དེའི་ཐོག་ལ་ང་རང་གིས་ལོ་མང་པོ་ཞིག་འབད་བཅོམ་བྱས་ཏེ་དང་སང་རང་གིས་བཤད་ས་ལ་གོད་ཐུབ་པ་དང་སྟེ་མ་ཆུང་བྱས་ཏེ་ཁྱོད་ནས་བཤད་ཀྱི་མེད། རང་ཉིད་ཀྱིས་བཤད་པ་དེ་ཡག་སྟག་ལ་མ་ལྟོས་པར་གོ་སྐབས་ཐོབ་ན་བཤད་རྒྱུ་དེ་འདྲ་བྱས་པ་དེས། ལ་རབས་སྦྱོད་བཟང་ནང་གཞོད་སྟོན་འགྲོ་གི་རེད་བསམ་པ་བྱས་ཀྱི་མི་འདུག །ད་དུང་དེ་ཡག་པོ་རེད་བསམ་པ་འདུག །

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** ང་རང་གི་ཚེར་སྐྱང་ལ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༠ ནང་ ༡༩༧༠ ལོའི་ནང་གི་མི་རབས་ཚོ་བོད་གཞིས་བྱས་གཉིས་ཀའི་ནང་ཞེ་དྲག་གྱིང་པོ་བྱུང་འདུག་བསམ་ཀྱི་འདུག །སློབ་སྦྱང་དང་ལས་དོན་སོགས་ཀྱི་ཐད་དུས་དེའི་མི་ལ་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཐོབ་འདུག །ང་རང་ཚོ་བཙན་བྱོལ་ནང་ད་ལྟ་མཐོང་རྒྱུ་ཡོད་པའི་མི་འཛོན་པོ་དང་གནད་ཆེ་བ་ཕལ་ཆེ་བ་དུས་དེའི་མི་རེད། མི་རབས་དེ་ནམས་ཀྱིས་མི་རབས་གོང་མའི་མཇུག་ཡག་པོ་ཞིག་མཐུད་ཐུབ་པ་དང་། མི་རབས་དེ་ལ་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་ཐོག་ནས་བཞུས་ཀྱང་ནག་ཁུང་མ་ཡིན་པར་ཡག་པོ་ཞིག་དང་། དེང་དུས་ཤེས་ཡོན་ཐོག་ལ་ཡང་སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་སྦྱོར་གཞི་ཡིན་ཀྱང་ཡག་པོ་ཆགས་འདུག །དེར་བརྟེན་ཡག་པོ་ཡོང་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཞིག་གང་ལ་ཐུག་ཡོད་དམ་ཞེས་ག་དུས་ཡིན་ཡང་རང་གིས་རང་ལ་ངོ་བོ་ཞིག་སླེབས་ཀྱི་འདུག །ཁྱེད་རང་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ནང་ནས་དངོས་སུ་ཐེབས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅང་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་པ་ཞིག་གསུང་རོགས།

**ངག་ཕུན།** ང་རང་སྤྱི་ཚོགས་དེའི་ནང་འཆར་ཡོངས་བྱས་པ་སོང་ཅང་། ང་རང་སླེར་ཀྱི་

མྱོང་ཚེར་གྱི་ཐོག་ནས་ཞུ་གི་ཡིན། ང་རང་འཆར་ལོངས་བྱས་པའི་མྱོང་ཚེར་དེ་ལ་ཕྱི་མིག་བརྟམ་  
 ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྐབས་ལ་ང་རང་དང་ལོ་མཉམ་ནམས་འཆར་ལོངས་བྱེད་སྐབས་  
 ང་ཚོས་བསམ་རྒྱ་དང་བྲན་རྒྱ། ག་དུས་ཡིན་ཡང་བོད་མི་དམངས་དང་ལྗུལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་  
 ཞབས་ཕྱི་ཞུ་གི་ཡིན་ཞེས་པའི་སྒྲིབ་མ་གཏོགས་གཞན་གྱི་བསམ་སྒྲོ་ང་རང་ལ་འཁོར་མྱོང་  
 མེད། ཞོགས་པ་ལངས་སྐབས་དང་པོ་བསམ་སྒྲོ་དེ་བཏང་ནས་ལངས་ཀྱི་ཡོད། མར་ཉལ་སྐབས་  
 སྒྲིན་ལམ་དེ་དང་བོད་རང་བཙན་མགྲོགས་པོ་ཐོབ་པར་ཤོག །ང་ཚོ་བོད་ལ་ལོག་ནས་  
 བོད་མི་དམངས་དང་ལྗུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་ཞབས་ཕྱི་ཞུ་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅེས་བསམ་  
 སྒྲོ་དེ་གཙོ་བོར་བཞག་གི་ཡོད། དེའི་སྐབས་ལ་ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལ་བོད་ལ་མགྲོགས་པོ་  
 ལོག་རྒྱུ་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པ་གྲགས་ཆེན་པོ་འཁོར་གྱི་ཡོད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་  
 ན་ང་ཚོར་ལས་ཀ་ཞེ་དག་བྱེད་རྒྱ་བཟུང་ཡོད་པ་རེད། དེའི་ཐོག་ལ་ངས་སློབ་སྦྱང་མ་བྱས་ན་  
 བོད་མི་དམངས་དང་དེ་ག་ནང་བཞིན་ལྗུལ་བ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞབས་ཕྱི་ཞུ་བྱུང་གི་མ་རེད། བྱས་  
 ཅང་སློབ་སྦྱང་བྱེད་དགོས་པ་དེ་རྩ་དག་ཅིག་ལ་མཐོང་ནས་ལས་འགན་འདི་ངས་མ་བྱས་ན་ག་  
 ལ་འགྲིག་བསམ་གྱི་ཡོད། ངས་བྱེད་མ་བྱུང་ན་ང་རང་མི་མཐའ་མ་ཞིག་རེད་བྲན་གྱི་ཡོད། དེའི་  
 སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་ཡང་བསམ་སྒྲོ་པ་ལ་ཆེར་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞན་དག་འཁོར་གྱི་  
 ཡོད་པ་ང་རང་གིས་མཐོང་གི་མི་འདུག །

དེ་དུས་བོད་མི་ཚང་མ་ཞེ་དག་མཇུག་ཆེན་པོ་རེད། ད་ལྟ་ཡང་མཐུན་པོ་མི་  
 འདུག་ཅེས་ཞུ་གི་མེད། དེའི་སྐབས་ཀྱི་མཐུན་སྦྱིལ་དེ་ཚོ་དངོས་གནས་ཏེ་ལས་དགོས་པ་འདྲ་  
 བོ། གལ་སྲིད་ལྗུལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་མཚོག་ནས་ཚུའི་ནང་མཚོངས་གསུངས་པ་ཡིན་ན་པ་ལ་ཆེར་  
 བོད་པ་དེ་ནམས་གལ་སྲིད་ནས་ཚུའི་ནང་མཚོང་གི་རེད་བསམ་པ་འདུག །བྱས་ཅང་དེ་འདྲའི་  
 དུས་ཚོད་སྐབས་ལ་ང་ཚོ་འཆར་ལོངས་བྱེད་རྒྱུའི་གོ་སྐབས་ཐོབ་པ་དེ་གཙོག་བྱས་ན་ང་རང་བསོད་  
 ནམས་ཆེན་པོ་ཞེ་དག་རེད་བཞག་བསམ་གྱི་འདུག །གལ་སྲིད་ང་དེའི་སྐབས་ལ་འཆར་ལོངས་

བྱང་མེད་ན། ད་ལྟ་བོད་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ང་རང་གི་བསམ་མཐོ་གཏོང་སྟངས་དང་སྐྱུ་ལ་  
 སྟོང་འབྱེར་སྟངས། སོ་སོའི་མི་རིགས་དང་རྒྱལ་ཁབ་ལ་ཞེན་བྱེད་པའི་སེམས་ཤུགས་ཞེ་དྲག་  
 ཡོད་པ་དེ་ཙམ་ཁག་པོ་རེད་སྟེ། སྐབས་རེ་ཨ་རིའི་ནང་སེམས་པ་གཡེང་འགྲོ་གི་འདུག  
 །སྐབས་དེ་དུས་རང་གིས་རང་ལ་དེ་སྟུག་ཅག་ཞེ་དྲག་རེད་ཅེས་བྱང་ལ་ཁུ་ཚུར་བཞུད་གོས་པ་  
 དེ་འདྲ་ཡོང་གི་འདུག །ཡིན་ཡང་སྐབས་རེ་ལས་ཀ་མང་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་བྲེལ་བེད་གི་བར་  
 ལ་བརྟེན་པ་འདྲ་བོ་བྱེད་ཀྱི་འདུག་མ་གཏོགས་གཞན་སེམས་ནང་ག་དུས་ཡིན་ཡང་ང་བོད་མི་  
 ཡིན། ངས་གཅིག་མ་བྱས་ན་འགྲིག་གི་མེད། ངས་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་གི་ན་མི་ལུས་གྲངས་  
 ཅས་གང་ཡང་བྱང་མ་སོང་བསམ་པ་ཉུག་པར་དུན་ཡོང་གི་འདུག་ལ། ད་ལྟ་ཡང་དེ་རང་དུན་  
 ཡོང་གི་འདུག །བྱས་ཅང་དེའི་སྐབས་ལ་ཕལ་ཆེར་སྤྱི་ཆོགས་དང་དུས་ཚོད། སློབ་ཤུག་ཆོའི་  
 སེམས་ལ་དམིགས་ཡུལ་བཟུང་ས་གཅིག་རང་ཡིན་དུས། ང་ཆོ་ཆང་མ་འཆར་འོངས་བྱེད་པའི་  
 བསམ་མཐོ་གཅིག་པ་འདྲ་བོ་མིན་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག །དེང་སང་བསམ་མཐོ་འདྲ་མིན་མང་པོ་  
 གཏོང་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་གིས་བཟུ་སྐབས་མང་པོ་ཞིག་བོད་རང་བཙན་ཐོབ་ཀྱང་ལོག་  
 གི་ཡོད་མེད་ལྟ་ཡང་ཤེས་ཀྱི་མི་འདུག །དེ་འདྲ་སོང་ཅང་ང་ཆོའི་བསམ་མཐོ་གཏོང་སྟངས་ཐོག་  
 ལ་འགྱུར་བ་ཆེན་པོ་ཕྱིན་པའི་ནམ་པ་མཐོང་གི་འདུག།

**ཅོམ་སྒྲིག་པ།** བྱིད་རང་སྟོན་མ་བོད་པའི་སློབ་གྲུའི་ནང་བཞུགས། བོད་པའི་སློབ་གྲུའི་  
 ནང་བོད་པའི་དགེ་ཆེན་དང་སློབ་གྲུའི་ནང་ཤུག་ལས་གནང་མཁན་ཆོའི་ཤེས་ཡོན་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོད་  
 རྟངས་གཟིགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་རྒྱ་གར་སྤྱི་ཆོགས་ནང་ཕེབས་པ་དང་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཕེབས་  
 པ་རེད། རྒྱ་གར་དང་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་དགེ་ཆེན་ཆོའི་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོད་རྟངས་ཆ་ཆང་ཞིག་གཟིགས་  
 ཡོད་པ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་དེ་ནམས་ཆ་ཆང་གཟིགས་པའི་ཉམས་སྦྱོང་གཞིར་བཞག་བྱས་  
 ན། ང་ཆོའི་སློབ་སྦྱོང་སྦྱོད་རྟངས་ཀྱི་ཐོག་ལ་མ་འོངས་པར་ཡར་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ་དང་  
 འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་པ་གལ་ཆེ་བ་གང་གཟིགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།



ངག་ཡུན། དེའི་ཐོག་ལ་ང་རང་གིས་བསམ་སྒྲིག་ཏེ་རྒྱབས། རྫོན་མ་ཀན་ལགས་རྣམ་པ་དང་  
 རྒྱག་པར་དུ་བོད་དགེ་རྣམ་པ་ཚོས་དགེ་ཀན་གྱི་ལས་འགན་ལས་འདས་པའི་ཡུག་ལས་ཞི་དྲག་གནང་  
 གི་ཡོད་པ་རེད། རྣམ་རྒྱུན་གྱི་དགེ་ཀན་ཡིན་ན། ལས་འགན་དེ་ཞིགས་པ་ཚོའི་དགུ་པ་ནས་དགོང་  
 མོ་ཆུ་ཚོད་ལྔ་པ་བར་འབྱེར་ནས་རྫོགས་འགྲོ་བ་ཞིག་རེད། ཁོང་རྣམ་པས་དེ་འདྲའི་བསམ་སྒྲིག་  
 བ་ནས་བཏང་གནང་གི་མེད་པ་རེད། རྒྱབས་དེའི་ཀན་ལགས་རྣམ་པར་ཅ་བའི་ཡོན་ཏན་སློབ་པའི་  
 ཐབས་ཤེས་མཁས་པ་ཞི་དྲག་མེད་ཀྱང་ཀྱང་སློང་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་དང་སྒྲིན་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་མཐོང་  
 གི་འདུག དེ་ག་ནང་བཞིན་དེའི་རྒྱབས་ཀྱི་དགེ་ཡུག་ཚོར་སེམས་ཤུགས་ཞི་དྲག་ཡོད་ཅང་། དགེ་  
 ཀན་དང་དགེ་ཡུག་སེམས་ཤུགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་མཐུན་རྒྱུན་དང་སློབ་སྦངས་ཡག་པོ་མེད་ཀྱང་འགྲིག་  
 འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། ང་རང་གི་བསམ་སྒྲིག་བྱས་ན་མི་རབས་དེའི་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྱུབས་བཅོལ་སྤྱི་ཚོགས་  
 ཀན་སློབ་སློང་ཡག་པོ་ཐོན་པ་དེ། སལ་ཆེར་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་མཐུན་རྒྱུན་འཛོམས་པ་ཡིན་ཅང་མིན་  
 འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག །

ང་རང་གིས་ཐུ་མིག་བལྟ་སྐབས་མཐོང་ཚུལ་གཅིག་དེའི་རྒྱབས་ཀྱི་ཀན་ལགས་དང་དེང་  
 སང་གི་སློབ་སྦངས་དཔེར་ན་བོད་ཡིག་སློབ་བྱིད་བྱེད་སྐབས་མཐོག་ས་པོ་ཞིག་སློབ་ཀྱིན་བསྐྱེད་ན་  
 བླ་དཔེར་ནང་འཇུག་གི་མ་རེད། དེང་སང་གི་ཡུ་གུ་ཚོར་རྫོན་མ་ནང་བཞིན་གྱི་བྱེད་དགོས་བསམ་  
 པ་སལ་ཆེར་ཉུང་དུ་སྒྲིན་ཡོད་དུས། སློབ་སྦངས་ལ་འགྱུར་བ་དེས་པར་དུ་གཏོང་དགོས་ཀྱི་རེད།  
 བོད་ཡིག་སློབ་སྦངས་དང་དེ་བཞིན་བོད་པའི་རིག་གཞུང་ལ་སོགས་པ་སློབ་སྦངས་ལ་འགྱུར་བ་མ་  
 བཏང་བ་ཡིན་ན། ཁོ་ཚོའི་སེམས་ནང་སློབས་བྱུང་རྒྱ་ཞི་དྲག་ཁག་པོ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །ཨ་  
 རིའི་ནང་ལ་ཡིན་ཡང་དེ་རང་རེད་འདུག །འགྱུར་བ་འགྲོ་སྦངས་འདྲ་པོ་རེད། ཡར་ཐོན་ཅན་  
 གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་རྫོན་མ་དེ་འདྲ་ཡོད་པ་མ་རེད། དེང་སྐབས་ཡུ་གུ་ཚོར་སྤྱིའི་མཐུན་རྒྱུན་ཡར་རྒྱས་  
 མང་པོ་འགྲོ་སྐབས། མིའི་སེམས་ནང་བྲེལ་བ་མང་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། བྱས་ཅང་སེམས་ལ་  
 ག་དུས་ཡིན་རུང་བྲེལ་བ་ཡོད་དུས་ག་ཚོད་བསྐབས་ཀྱང་བླ་དཔེར་ནང་སློབས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད།

བྱས་ཅང་དེང་སྐབས་དགེ་ཆན་ཆོས་ཐབས་ཤེས་གསར་པ་དང་དགེ་ལྷན་ཆོའི་སེམས་ནང་སྒྲེབས་  
ཐུབ་པའི་ཐབས་ཤེས་ཞི་བྱག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད།

ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལ་བོད་ཡིག་སྟན་པ་སྒྲོ་བ་སྐབས་མཁུགས་པོ་དང་ཆང་མ་ངག་  
ལ་ཟིན་དགོས་ཀྱི་འདུག །ངག་ལ་འཛིན་པའི་དགོས་པ་ཞི་བྱག་ཡོད་པ་མ་རེད། སྟན་པ་ལ་  
སེམས་གཏིང་ནས་དགའ་ཆོར་སྒྲེ་བ་ཞིག་སྒྲོ་ལ་ཤར་སོང་ན། ངག་ལ་ཟིན་རྒྱ་དང་སྟན་པ་ལ་འབྲི་  
རྒྱ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོང་གི་རེད། དང་པོ་སེམས་ནང་དགའ་ཆོར་མ་སྒྲེས་པར་ངག་ལ་ཟིན་  
བཅུད་ན། ང་རང་གིས་ད་ལྟ་ཡང་བྲན་སོས་ཀྱི་འདུག །སྒྲིན་མ་ངས་ལ་རྒྱལ་མཆོག་ལུ་པ་ཆེན་  
པོས་མཛད་པའི་སྟན་པ་ལ་སོགས་པ་ངག་ལ་ཟིན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་དེ་རྣམས་ངག་ལ་བཟུང་བའི་  
ཕན་ཡོན་གྱིས་ང་ལ་བོད་ཀྱི་སྟན་པ་ཐོག་ལ་དགའ་མོས་སྒྲེབས་མེད་ན་རྡོགས་པ་རེད། ང་རང་  
དགའ་མོས་ཡོད། དེང་དུས་སྤྱ་གྲུ་ཆོར་སྒྲོ་བ་སྐབས་ལ་འགྱུར་བ་ཞིག་མ་བཟང་བ་ཡིན་ན། ངག་  
ལ་ག་ཆོད་བཟུང་ཡང་རྡོགས་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། སྒྲོ་བ་སྐབས་ལ་ངས་པར་དུ་བསམ་སྒྲོ་བཟང་  
ནས་དགེ་ཆན་ཆོས་གང་བསྐྱབས་པ་དེ་རྣམས་དགེ་ལྷན་ཆོའི་སྐད་པའི་ནང་སྒྲེབས་ཐུབ་པ་དང་གང་  
བསྐྱབས་པ་དེར་དགའ་མོས་ཡོང་བའི་སྒྲོ་བ་སྤྱག་ཞིག་ཆགས་པ་ཡིན་ན། སྒྲོ་བ་ཆན་ལས་སྒྲོ་བ་ཞི་  
བྱག་ཆགས་ཆར་བ་རེད། མེ་ཏོག་ལ་སོགས་སྒྲེས་ཆོག་ཡོད་པའི་སྐབས་བདག་གཅེས་མ་བྱས་པར་  
དེའི་ཐོག་ཕར་འགྲོ་རྒྱུར་འགྲོ་བྱས་ན་མེ་ཏོག་ག་ཆོད་བཟང་ཀྱང་སྒྲེ་གི་མ་རེད། དེ་ལ་ངས་པར་  
དུ་བདག་གཅེས་ལག་པོ་བྱས་ཏེ་སྒྲེ་འཕེལ་ཡོང་ཐབས་བྱེད་དགོས།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** བོད་པ་མང་པོ་ཞིག་ཕྱི་རྒྱལ་ལ་ཕྱིན་ཡོད་པ་རེད། མང་པོ་ཞིག་གིས་འགྲོ་ཐབས་  
བྱེད་བཞིན་པ་རེད། ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་བྱས་ན་བྱིད་རང་ཨ་རི་ལ་སྤྱ་གྲུ་ཡོད་པ་དང་བྱ་སྤྱག་  
ཆོ་ཡང་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་གནང་བཞིན་ཡོད་པ་རེད། བོད་པ་རྗེས་སུ་ཡོང་མཁན་གྱི་སྤྱ་གྲུ་ཡང་གཟིགས་  
ཡོད་པར་མ་ཟད་སྤྱ་གྲུ་དེ་ཆོ་ཡང་གང་འདྲ་ཆགས་འགྲོ་གི་ཡོད་མེད་གཟིགས་ཡོད་དུས། དེའི་ཐད་

ལ་གཟིགས་ཚུལ་གང་འདྲ་ཡོད་པ་དང་དེ་ལ་སྒྲིན་གང་ཆགས་ས་རེད། དེ་བཞིན་བོད་གཞུང་གི་  
 ཐོག་ནས་སྤྱི་ཚུལ་ལ་ཡོད་པའི་ཡུ་གུ་ཆོའི་ཐོག་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ་གང་ཡོད་དམ།

**ངག་ཡུན།** དེ་ང་རང་གིས་ནམ་རྒྱུན་འཆར་ཅན་ངོ་མེས་པ་ལ་སོགས་པས་སྐད་ཆ་  
 འདྲི་སྐབས་ཏན་ཏན་ཞུ་གི་ཡོད། སྤྱི་ཚུལ་ལ་བཞུགས་མཁན་དང་རྒྱ་གར་ལ་བཞུགས་མཁན་  
 རེད། བོད་ལ་བཞུགས་མཁན་རེད། སློབ་སྦྱོང་གང་བྱས་ཀྱང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་པ་དེ་ཅེ་ཡུད་  
 ཅིག་ཡོང་བ་བྱེད་པར་མ་ཟད་གཞན་ལས་སྒྲག་པ་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་ན། ཁོ་རང་བོད་མི་ཞིག་  
 སོང་ཅང་བོད་མིའི་ཁེ་ཕན་གྱི་ཆེད་དུ་ཐད་ཀར་ལས་ཀ་བྱས་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྟོས་པར། མི་ནམས་  
 ཀྱིས་ཁོ་རང་བོད་པ་ཞིག་རེད་འདུག་བསམ་པ་ཅམ་གྱིས་བོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་སོགས་པའི་ཐོག་  
 དེས་པར་དུ་ཕན་གྱི་རེད་བསམ་པ་འདུག །ཡང་ཕར་མ་སྟོབས། ཚུར་མ་སྟོབས། དཀྱིལ་དེ་  
 ཆོར་བསྐྱད་ན་ཨ་རི་དང་རྒྱ་གར། བོད་ནང་བསྐྱད་ན་ཡང་དེ་རང་རེད། དེ་ང་རང་གིས་ཞེ་  
 ངག་ཡག་པོ་མཐོང་གི་མི་འདུག །ཡ་རྒྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ཨ་རིའི་ནང་ཐེངས་མང་པོ་ཕྱབས་པའི་  
 སྐབས་བཀའ་གནང་སོང་། ང་ཆོས་རིགས་གཅིག་ཀྱང་འཛོན་བྱས་ནས་མཐའ་འཁྱེལ་བ་བྱེད་  
 དགོས་གསུངས་སོང་། ང་རང་ལ་ཡང་དེའི་ཐོག་སྒྲིན་ཏིག་ཅམ་ཡོད། ང་ཆོས་ལས་ཀ་གང་  
 བྱས་ཀྱང་སྤྱི་དག་ཅིག་མ་བྱས་པར་འགྲིག་འགྲོ་གི་རེད་བསམ་པའི་འདོད་ཆུང་ཆོག་མེས་བྱེད་  
 པ། དེའི་གོམས་གཤིས་སྟོན་མ་ང་རང་ལ་ཡང་ཡོད། དེས་ང་རང་ལ་སྒྲིན་ཆེན་པོ་ཞེ་ངག་  
 ཡོང་གི་འདུག །ཨ་རིའི་ནང་མིག་བརྩ་སྐབས་ངའི་མཉམ་དུ་དགོ་ཅན་བྱེད་མཁན་ཆོས་ལས་  
 དོན་གཅིག་བྱེད་སྐབས་ལུས་སེམས་ཆང་མ་དེའི་ཐོག་བཞག་ནས་ལས་ཀ་བྱེད་ཀྱི་འདུག །དེ་  
 འདྲ་ཞིག་ང་ཆོས་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཨ་རིའི་ནང་ང་ཆོ་ཆང་མ་སྟོས་པ་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ལས་པ་གང་  
 ཡང་ཡོང་གི་རེད་བསམ་པ་བྱན་གྱི་མི་འདུག །དེ་ག་ནང་བཞིན་རྒྱ་གར་ནང་སློབ་བྱའི་མཐུན་  
 རྒྱུན་ཆང་མ་འཛོམས་ཡོད་ཀྱང་དེའི་ནང་སྟོན་མཁན་དགོ་ཡུག་དང་དགོ་ཅན་གང་ཡིན་ཀྱང་།  
 དེས་ཅེ་ག་ཞིག་མ་བྱས་པ་ཡིན་ན་སྟོན་མ་ནང་བཞིན་ལོ་རྒྱས་ཅམ་ལས་རྒྱས་བྱགས་ཐོན་པ་དེ་

ཙམ་བྱེད་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་པ་དྲན་གྱི་འདུག།

པོད་གཞུང་དང་སྐྱེ་ཆ་བཤོན་གཙོད་ཁག་གིས་པོད་རིགས་དེ་རྣམས་ལ་པོད་མི་ཞིག་  
ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངོ་པོ་འཛིན་སྟོགས་སྒྲོར་དང་སྐབས་རེ་པོད་ཡིག་སློབ་པའི་གོ་སྐབས་དེ་འདྲ་  
བཟོ་ཐུབ་པ་ཡིན་ན། རྣལ་པར་དུ་དབྱར་ཁའི་གྲང་གསེང་སྐབས་ལ་སློབ་གྲྭ་ཞིག་འགོ་འདྲུགས་  
གནང་རྒྱུ་འདོད་པ་བཞིས་གནང་ན། དམའ་མཐར་ཡང་པོད་པ་ཡིན་བསམ་པ་དེ་བརྒྱག་གི་  
མ་རེད། བྱས་ཅང་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་རེད་བསམ་གྱི་འདུག།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** དེང་སྐབས་མི་མང་པོས། གཞོན་སྒྲིས་ཆོའི་རྒྱུད་ནས་པོད་པའི་ལ་  
རབས་བཟང་སྟོད་ཉམས་འགྲོ་གི་འདུག་ཅེས་གསུངས་པའི་སྐབས། གཞོན་ཀྱུ་དེ་ཆོས་སྒྲི་རིང་  
པོ་བཞག་པ་དང་། སྤེ་ཚུལ་གྱི་གུས་ཞབས། ཞེ་སའི་ཆོག་པོད་སྟོད་ཞེ་དྲག་གཏོང་གི་མེད་  
པ། གོང་དུ་བྱིད་རང་གིས་གསུངས་པ་ནང་བཞིན་གུས་གུས་ཞུམ་ཞུམ་དང་དམའ་ས་བཟུང་  
གི་མེད་པ་སོགས་ལ་བདེན་ནས་ང་རང་གི་དོགས་པར་ཆན་པ་མང་པོ་ཞིག་གིས་ལ་རབས་བཟང་  
སྟོད་ཉམས་འདུག་ཅེས་ལབ་གྱི་མེད་འགྲོ་བསམ་གྱི་འདུག བྱིད་རང་གིས་བྱས་ན་དགོངས་ཚུལ་  
ག་རེ་ཡོད་དམ།

**དག་ཕུན།** སྤྱི་རྣམ་པར་ཏོག་ཙམ་འགྱུར་བ་སྤྱིན་པར་མ་རབས་དང་བཟང་སྟོད་  
མི་འདུག་ཅེས་སུས་ཀྱང་ལབ་ཐུབ་ཀྱི་མ་རེད་བསམ་གྱི་འདུག །དེ་འདྲའི་རྣམ་པ་ཏོག་ཙམ་བྱུང་  
བར་སློ་ཕམ་དང་སྐྱུག་ཅག་རེད་ཅེས་ལབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པ་མ་རེད། ཅ་བའི་སྤེ་  
ཚུལ་ལ་གང་ཡོད་མེད་ལ་ཏ་ལས་རྒྱ་གང་ཡང་ཡོད་པ་མ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་མི་དེའི་བསམ་སློ་  
གཏོང་སྤངས་དྲང་པོ་དང་སྐྱུག་རྒྱན་མ་བཤད་མཁན། དེ་ག་ནང་བཞིན་མི་དེ་ལ་སློས་བཀལ་  
ན་སློས་འཁེལ་ཆོག་གི་རེད་ཟེར་བའི་མི་ཞིག་ཡིན་ན། སྤྱི་རྣམ་པ་དེ་ལ་ང་རང་གིས་གང་ཡང་  
མ་ཐོང་གི་མི་འདུག །ཡང་འགའ་གས་སྤྱི་རྣམ་པར་གུས་གུས་ཞུམ་ཞུམ་གྱིས་འགྲམ་པ་ས་

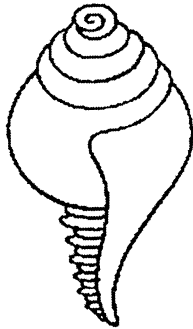
ལ་སྐྱར་གྲབས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་ན་ཡང་། ཀྱན་སྒྲོང་སྐྱག་ཅིག་ཅིག་འབྱེད་ཡོད་ན་ཕྱི་ཚུལ་གང་བྱས་  
ཀྱང་ང་རང་ད་ཅུ་བ་ནས་ལས་ཀྱི་མི་འདུག ཁང་རུལ་ཡོད་པ་རེད། ཁང་མ་རུལ་པར་བཞུན་  
པོ་ཞིག་བཞུད་ཡོད་ན་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་མི་འདུག དེ་ནི་དུས་ཀྱིས་འགྱུར་བ་འགྲོ་གི་ཡོད་པ་རེད། ཡང་  
སྒྲིགས་གཞན་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་ས་ནས་བཤད་ན། ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་དང་ཁང་བསམ་སྒྲོལ་ཡང་འབྲེལ་  
བཅེད་པ་མ་རེད། བྱས་ཅང་ཕྱི་ཁང་གཉིས་ཀ་ཡག་པོ་བྱུང་ན་ཡག་ཤོས་རེད། དེའི་སྒྲིང་ལ་  
མི་རིགས་སོ་སོ་ལ་སྒྲིད་ལམ་ཡག་ཉེས་བཅི་སྒྲིང་ས་ཤིག་མང་ཆེ་བར་འདུག སྒྲི་རྒྱལ་དེ་ཆོ་  
མི་རིགས་གཞན་པའི་ལུང་པར་འགྲོ་དུས། ཁོང་ཆོས་མི་རིགས་དེའི་སྒྲིད་ལམ་དང་གང་མཐུན་  
མཐུན་བྱེད་ཀྱི་འདུག བྱས་ཅང་ཕྱི་ཁྱེད་ཀྱི་ཆོས་ཡང་གནད་འགག་ཏན་ཏན་ཡོད་རེད།

**ཙམ་སྒྲིག་པ།** ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལྟར་བྱས་ན་བྱེད་རང་གི་མི་ཆེ་དེ་གྲུབ་འབྲས་  
ལྟན་པ་ཞིག་རེད་བསམ་གྱི་འདུག གཞུང་ལ་མང་པོ་ཞིག་བརྒྱད་ནས་མི་ཆེ་གྲུབ་འབྲས་  
ལྟན་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པ་རེད། གཞིན་ཅུ་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་ཆེ་འདི་དོན་དང་ལྟན་པ་གྲུབ་  
འབྲས་ལྟན་པ། རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་ཞིག་བསྐྱེད་འདོད་ཡོད་པ་རེད། ཡིན་ནའི་སྒྲིལ་སྒྲིང་ས་ཀྱི་  
གནད་འགག་ཤེས་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། བྱས་ཅང་མི་ཆེ་གྲུབ་འབྲས་ལྟན་པ་ཞིག་ཡོང་བར་ཙ་  
བའི་གནད་འགག་བཅི་དགོས་ས་དང་དཀའ་ལས་རྒྱག་དགོས་སའི་སྒྲིགས་གང་རེད་དམ། ཇི་  
བ་འདི་ངའི་འཆར་གཞིའི་ནང་མེད་ཀྱང་སྒྲོ་བྱར་དུ་བྱན་སོང་།

ངག་ཕུན། ཙ་བའི་འགའ་ཤས་ངས་གོ་དུ་ཞུས་པ་ནང་བཞིན་རེད། དང་པོ་ང་རང་  
གི་དམིགས་ཡུལ་ཨ་རིའི་མཐོ་སྒྲོལ་ནང་ཕྱིན་ཏེ་དགོ་ཆུང་བྱས་བསམ་པ་མེད། ཡིན་ན་ཡང་  
སྒྲོལ་སྒྲོང་ཡག་པོ་ཞིག་མ་བྱས་ན་འགྲིག་མ་སོང་བསམ་པ་བྱན་གྱི་ཡོད། བྱས་ཅང་མ་འོངས་  
པར་ང་རང་གིས་ལས་ཀ་གང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ལ་མ་སྒྲོས་པར་ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལས་  
ཀའི་ཐོག་བསམ་སྒྲོ་ཙ་གཅིག་དུ་བཞག་ན་གྲུབ་འབྲས་ངས་པར་དུ་ཡག་པོ་ཐོན་གྱི་རེད། ཡང་

སྐྱུ་འདྲོད་ཆེན་པོ་ཡོད་ཀྱང་འབད་བཙོན་མ་ཤུས་ན་ཁོ་གཉིས་མཐུན་གྱི་ཡོད་པ་མ་རེད། ང་  
རང་གི་ཉམས་སྤྱོད་ཐོག་ནས་ཞུས་པ་ཡིན་ན། ང་རང་ཨ་རིའི་ནང་སློབ་སྦྱོང་བྱས་ནས་ Pro-  
fessor ཆགས་ཡས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་རྩ་བ་ནས་མེད། ང་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ལ་བོད་གཞུང་  
གི་ཤེས་རིག་ཐོག་ལ་ཞབས་ཞུ་བྱེད་ཅིས་རང་ཡོད་མ་གཏོགས་དེ་འདྲ་ཐོབ་གྱི་རེད་བསམ་པ་  
མེད། ཡིན་ན་ཡང་སློབ་སྦྱོང་བྱེད་སྐབས། རང་ཅུས་གང་ཡོད་བཏོན་ནས་སློབ་སྦྱོང་གཞན་  
ལ་དཔེ་མཚོན་འོས་པ། ང་རང་གི་དགེ་ཆ་ནི་རྩིང་པ་དེ་བྱིན་ཇིའི་ཆུང་ལགས་ཤིག་གིས་གསུང་  
གི་འདུག བྱེད་རང་ངའི་དགེ་སྦྱོང་དམིགས་བསལ་ཞིག་ཡིན་གསུངས་གྱི་ཡོད། ངས་འཇམ་སྒྲིང་  
ནང་དམིགས་བསལ་འོས་པའི་ལས་ཀ་གང་ཡང་བྱས་ཡོད་པ་མ་རེད་ཀྱང་། ཁོ་རང་ངའི་དགེ་ཆ་  
ཡིན་པའི་སྐབས་ལ་ངས་བཀའ་གསུང་ཅི་སྐྱབ་ཞུས་ཡོད་བསམ་པ་འདུག །དེ་འདྲ་ཞིག་གི་བསམ་  
ཚུལ་བྱིར་ནས་བྱེད་གྱི་ཡིན་ན། ཏན་ཏན་གྲུབ་འབྲས་ཡག་པོ་ཐོན་གྱི་རེད།

རྩོམ་སྒྲིག་པ། ཐུགས་རྗེ་ཆེ། །



༡། བོད་ཀྱི་རྫོས་གར་སྐྱུ་ཅལ་གྱི་བྱད་ཚོས་དང་གོང་སྤེལ་སྒོར་གྱི་བསམ་ཚུལ།

དོ་རྩེ་དབང་ཕུག

སྒྲེང་གཞིར་ཕྱལ་བའི་གཏམ་བསྟུས།

༡༡། བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་སྤྱི་བབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྫོས་གར་རིག་གནས་ནི་རིག་གནས་གཞན་དག་ལས་དར་སྤེལ་ཞིང་། མང་ཚོགས་རང་བཞིན་གྱི་དགའ་མོས་རྒྱ་བརྒྱུད་མཐུག་པའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན། དེར་སང་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་རྫོས་གར་རིག་གནས་ནི་འབྲུག་སྟོན་གྱི་རྣམ་པ་ཁོ་ནར་དབང་ཞིང་། ལམ་དེ་དེད་ནས་དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་དང་། འབྲུག་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཚད་ཀྱི་རིག་གནས་ཡོངས་ལ་བྱུང་པའི་རྩ་རྒྱུ་བཟུང་སྟེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་གཞས་ཞབས་བྱོ་ཙམ་ལེན་འབྲུག་འཕེར་བ་ནས་རྫོས་གར་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཁེངས་སེམས་བསྐྱེད་བཞིན་ཡོད་ནའང་། རྫོས་གར་ཞེས་པའི་གོ་དོན་ལ་བསམ་ན་ནི་འབྲུག་སྟོན་གྱི་རིགས་ཆ་ཚང་ལ་བྱུང་ཅིང་དབང་བའི་རིག་གནས་ཤིག་མིན།

དེ་ཡང་སྟོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་སུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཆབ་སྲིད་སྤྱང་ལྗེ་པོ་ན་གསུམ་གྱིས་

བསྐྱེད་པར་བཤད་པའི་ནང་གསེས་ཀྱི་སྤྱང་འདི་བཞིན་ད་ལྟ་ང་ཚོས་སྐྱེད་བཞིན་པའི་ཁྲི་སྒྲིལ་གར་  
ཀྱི་ཐོག་མའི་ས་པོན་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན། དེ་གང་གིས་ཤེས་པ་ནི། ཁྲི་སྒྲིལ་གར་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་  
དཔུང་སྐབས། དེ་ལ་ཅན་བཤད་ཀྱི་ར་གསུམ་དང་བསྐྱེད་པའི་སྤྱང་གཏམ་དང་། ཁྲི་སྒྲིལ་གར་  
དང་འབྲེལ་ནས་ཡོངས་གྲགས་སུ་འཕོད་ལམ་གྱི་རྣམ་ཐར། ཟུ། མགུར་སོགས་སུ་ཡོད་པ་  
རྣམས་ལ། ཐོག་མའི་གནས་སྐབས་སུ་འཕྲུ། ཡང་ན། གསར་ཐོན་གྱི་སྐབས་སུ་རྩོམ་པ་པོ་རེ་  
ངེས་ཅན་དུ་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་ནའང་། འཕྲེལ་བྱས་ཀྱི་གོ་རིམ་ནང་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་  
སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་སྤེལ་བའི་དབང་གིས། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་གྱི་རྩོམ་པོ་དང་འཕྲེལ་བྱས་གཏོང་  
མཁན་གྱི་རྣམ་པ་དེ་བྱུང་མོང་ཅན་དུ་དང་། སྤྱི་ཚོགས་ཅན་གྱི་ངོ་བོར་འཕོ་འགྱུར་བྱུང་བ་ཡིན་  
སྐབས། ཐོག་མར་གསར་བཏོད་གནང་མཁན་དང་བཅས་པའི་རྣམ་པ་དེ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་རང་  
བཞིན་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་དེས། འདི་སྒྲར་གྱི་དོན་གནད་མང་པོ་ཞིག་ལ་གཞི་རྒྱ་ཆེ་ཆོས་  
ཉིད་དང་། ལོ་རྒྱུས་འབྱུང་ཁུངས། རིགས་དང་རྣམ་གངས་སོགས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་དཔུང་  
ཞིབ་ཞུ་དཀའ་བར་གྱུར་ནས་ཡོད་ནའང་། སྤྱི་གས་གཞན་ཞིག་བཤད་ན། དེང་གི་སྐབས་ནའང་  
གཞས་ཚིག་དང་གར་གྱི་སྤངས་སྐབས་སོགས་སྤྱི་གས་ངོས་མང་པོ་ཞིག་ན་ཆེས་གདོད་མའི་སྐབས་  
རང་བྱུང་ཁམས་ལ་སྐབས་བཅོལ་བའི་དམའ་རིམ་དད་མོས་དང་། ཡང་ན་རང་བྱུང་ཁམས་  
ལས་རྣམ་པར་བྱལ་ཐབས་ཀྱི་བརྩོན་སེམས་ནས། གནའ་དུས་གྲལ་རིམ་གྱི་དབྱེ་བ་བྱུང་བ་དང་  
འབྲེལ་ནས་གྲལ་རིམ་མཐོ་དམན་གྱི་འགལ་ཁྲུ་དང་། ཡང་ན་དབང་སྒྱུར་གྲལ་རིམ་ནང་ཕན་  
ཚུན་དང་བཅས་པའི་འཐབ་རྩེད་སེམས་ཚོར། གཞན་ཡང་། འཚོ་གནས་དང་། དབང་བསྐྱུར་  
བར་ངོ་རྒྱལ། ཐོ་མོའི་བརྩེ་འདང་། དད་མོས་ཡིད་ཆེས། རང་བྱུང་ཁམས་སོགས་ལ་བརྟེན་  
སྤྱད་ཀྱི་ཚིག་དང་རྣམ་འགྱུར་སྤྱི་ཚོགས་པས་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་མང་དུ་ཡོད་པའི་རིན་ཐང་གི་  
ཆ་དེར་ཞིབ་ཀྱིས་དཔུང་ན་ནི། དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་སྐབས་དེ་ཤིང་གྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་  
དང་རྒྱུས་ལོན། ཉམས་ལེན་བཅས་བྱས་འབྲེལ་གྱིས་དམའ་རིམ་ནས་མཐོ་རིམ་དང་། གཅིག་



ནས་ཉིས་སྒྲེལ་སོགས་ཀྱི་རིམ་པ་བརྒྱད་ནས་ལྟ་མོའི་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱོས་གར་དུ་འབྲེལ་བྱས་  
 བྱང་བའི་གོ་རིམ་ཞིག་ཡོད་པ་ཤེས་བྱ་བ་ཅིང་། སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན། ཉན་བཤད་ཀྱི་ར་གསུམ་  
 གྱིས་བསྐྱུས་པའི་རིག་གནས་དེ་དག་སྔོན་གྱི་བྱང་བ་གང་ཞིག་གཏམ་ནས་གཏམ་དུ་བརྒྱད་པའི་  
 རིམ་པ་ཞིག་དང་དེ་ར་ང་ཚོས་ཡོངས་གྲགས་སུ་གཏམ་བྱུང་དུ་འབོད་པའི་ཉན་བཤད་ཀྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི་རིག་གནས་ཏེ། ཁྱོས་གར་རིག་གནས་ཀྱི་ཐོག་མའི་རྣམ་པར་རོས་འཛིན་གྱི་དགོས་སུ་  
 སྣང་བ་དེ་ཡིན། དེས་ན་ཉན་བཤད་ཀྱི་ར་གསུམ་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་བྱུང་སོགས་དང་ལྟ་  
 མོའི་རྣམ་པའི་ཁྱོས་གར་གཉིས་ལས་རང་རེ་བོད་འདིར་ཉན་བཤད་ཀྱི་ར་གསུམ་ལམ་ནས་གཞས་  
 དང་གཏམ་བྱུང་། རྣམ་ཐར། རྟོགས་བརྗོད་སོགས་ཀྱི་རིགས་དར་ཆེ་བ་སྟེ། ཆེས་སྡེ་མོའི་  
 སྐབས་བོད་ས་རང་ནས་དར་བའི་མ་སང་གི་སྒྱུང་། མཆིལ་བའི་སྒྱུང་། གཞན་ཡང་སྤུ་དང་  
 རི་བོང་གི་སྒྱུང་། བྱ་སྒྲེལ་གྱི་གཏམ་བྱུང་། སྤང་གེ་སར་གྱི་སྒྱུང་དང་། རོ་ལངས་གསེར་  
 འགྲུར་གྱི་སྒྱུང་སོགས་ཡོད་ཅིང་། དེ་དག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་གང་རུང་གི་ཆབ་མཆོན་དུ་རུང་བའི་  
 དམིགས་བསལ་དོན་སྟེང་ཁག་ཅིག་མི་རབས་རིམ་བརྒྱད་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་དང་དར་སྒྲེལ་བྱ་  
 སྟེ་ནང་གོ་གནས་ཀྱང་གལ་ཆེན་བཟུང་ཡོད་པ་ནས། དུས་རབས་བདུན་པའི་ནང་བོད་འདིར་  
 ནང་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དར་བ་ནས་ཁྱད་པར་འཕགས་བརྟེན་དང་བསྐྱགས་འོས་བསྐྱགས་  
 བརྟེན། སྤྱིས་རབས་སོ་བཞི་པ་དང་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་སོགས་བོད་དུ་བསྐྱར་བ་དང་དེ་  
 དག་གི་འཆད་ཁྲིད་དར་སྒྲེལ་བྱང་བ་དང་བརྟེན་པ་ཏེ། ཚོས་བྱལ་དགེ་བའི་དབང་པོས་མཛད་  
 པའི་རྟོགས་བརྗོད་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་དུག་ཅུ་ཅུ་བཞི་པ་ནོར་བཟང་གི་རྟོགས་  
 པ་བརྟེན་པ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཚོས་བྱལ་ནོར་བཟང་གི་ཁྱོས་གར་དང་། ཡལ་འདབ་དུག་ཅུ་ཅུ་བརྒྱད་  
 པ་པརྟ་ལྟ་གྱི་རྟོགས་པ་བརྟེན་པ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་གཟུགས་ཀྱི་ཉི་མའི་ཁྱོས་གར། གཞན་ཡང་  
 དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་དང་མདོ་མཛད་ས་སྟུན། སྤྱིས་རབས་སོ་བཞི་པ་སོགས་ལས་པར་བྱིན་  
 གྱི་སྟོན་པ་དང་འབྲེལ་བའི་རྟོགས་པ་བརྟེན་པ་མང་པོ་ཞིག་གཞི་ལ་བཞག་སྟེ་བྱི་མེད་ཀྱུན་ལྟན་

གྱི་སྒྲིམ་གར་དང་། དེ་བཞིན་རྟོགས་བརྟུན་དཔག་བསམ་འབྲི་ཤིང་གི་ཡལ་འདབ་ཞིབ་བརྟུན་  
 ཕའོན་ཀྱང་གྲུབ་པའི་རྟོགས་པ་བརྟུན་པ་སོགས་ལས་སངས་རྒྱུ་གྱི་མཛད་འཕྲིན་ཁག་ཅིག་བསྟུས་  
 ཏེ་སྤྲོས་དོན་ཡོད་དོན་གྲུབ་གྱི་སྒྲིམ་གར། ཕམ་བཀའ་ཐང་ལས་བཏོན་པ་ཕམ་འོད་འབར། མ་  
 ཁེ་བཀའ་འབྲུམ་ལས་བཏོན་པ་རྒྱ་བཟའ་བལ་བཟའི་སྒྲིམ་གར། གཞན་ཡང་བོད་ས་རང་ནས་  
 དར་བ་སྤང་ས་འོད་འབྲུམ་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ཀྱི་འབྲུབ་གཞུང་སྒྲ་ཚོགས་བྲུང་འབྲེལ། དེ་  
 སྤྱིའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ལས་དགེ་སྤྲིན་སྤང་སྤང་གི་རྣམ་གཞག་གསལ་བའི་ཉན་བཤད་གྱིར་  
 གསུམ་གྱི་ཉམས་དང་བསྐྱོངས་པའི་དོན་སྤྱིང་མང་པོ་ཞིག་དར་བྱབ་བྲུང་ཞིང་། དར་བྱབ་གྱི་  
 རིམ་པ་འདི་དང་འབྲེལ་ནས་བོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ཀྱིས་བསྟུས་པའི་འཆོ་བ་དང་ཁོར་ཡུག་  
 གིས་བསྐྱངས་པའི་ཆབ་མཆོན་རིག་གཞུང་དེ་བཞིན། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནས་འཛིག་རྟེན་  
 མཆོས་དང་དམ་པ་སྒྲ་ཚོས་གཉིས་ཐང་གྱི་རིན་ཐང་ལྷན་པ་ཅན་དུ་བསྟར་བ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས།  
 གཏམ་རྒྱུད་དང་ཚོམ་རིག་གི་རྣམ་པའི་སྒྱུ་རྩལ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་རི་མོའི་ལམ་ནས་མངོན་མཆོན་  
 གྱི་རིམ་པ་ཞིག་བྲུང་བ་དེ་ནས་བཟུང་། ང་ཆོར་འཆད་ཉན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་དང་བསྐྱོངས་པའི་  
 སྒྱུ་རྩལ་རིག་གནས་ཤིག་ཡོད་པ་དེ་གཟིགས་མོའམ་ལྟར་མོའི་རང་བཞིན་གྱི་ངོ་བོར་འཕྲོས་འགོ་  
 ཚུགས་ཤིང་། དེའི་མཆོན་རིམ་ནང་ཡི་གེ་དང་རི་མོ་སྒྲ་ཚོགས་ནས་སུ་འབྲེལ་དང་བཅས་པའི་  
 མངོན་མཆོན་གྱི་ཕྱགས་ཤིག་བྲུང་བ་དེར་གཞིགས་དཔུང་བྱས་ན། ང་ཆོས་སྒྱུ་རྩལ་རིག་གནས་  
 གོང་སྤེལ་དང་གཞི་རྒྱ་ཆེར་བསྐྱེད་གྱི་རིམ་ནང་། སྒྲ་ཚོགས་གཞུང་ཕྱགས་ལ་མཁས་པ་སལ་  
 མ་ཆེ་བས་སྒྲ་ན་མེད་པའི་བྱས་རྗེས་བཞག་ཡོད་པ་དེ་མཐོང་བྱབ་པའང་ཡིན།

ཡང་སྒྲིམ་བྱུང་པར་ཅན་དུ། གཏམ་རྒྱུད་དང་རྣམ་ཐར་སོགས་ཀྱི་རིགས་དང་དབྱེ་  
 བ་ནས་བརྟུན་རིམ་བཅས་ལ་བསམ་མཆོ། སྒྲིམ་གར་གྱི་ཐོག་མའི་རྣམ་པའམ་འཕེལ་རིམ་ནང་།  
 ཉན་བཤད་གཅིག་པུ་མ་ཡིན་པར་སྒྲ་ཚོགས་པའི་རི་མོའི་ལམ་ནས་ཀྱང་དར་བྱབ་ཆེན་པོ་བྲུང་  
 ཡོད་པ་ནི། སྤྱིན་ནས་དེང་ནའང་ཉམས་སུ་བསྟར་སུས་ཀྱི་ཐང་གའི་སྒྱུ་རྩལ་གྱིས་ཡོངས་སུ་

མདོན་མཚོན་ཐུབ་པའི་རིམ་པ་འདི་བཞིན་ལགས་ཤིང་། ཚུལ་འདིས་སྟོན་གྱི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་  
 ལས་འཕྲོས་པའི་རྣམ་ཐར་ཚུམ་རིག་མང་པོ་ཞིག་གཟུགས་ཅན་དུ་བསྐྱུན་པ་དང་། གཞི་རྩ་དེའི་  
 རྩེད་ནས་ད་གཞི་དེ་འབྲེལ་སྟོན་གྱི་རྒྱུས་གར་དར་བ་ལགས་སྟབས། དེང་ན་ང་ཚོས་རྒྱུས་གར་  
 ཞེས་ངོས་འཛིན་གྱི་བཞིན་གྱི་རིམ་པ་འདིར་ནི་ཉན་བཤད་གྱིར་གསུམ་དང་བསྟོན་པའི་གཏམ་  
 རྒྱུད་སོགས་དང་རི་མོའི་ཉམས་འགྱུར་གྱི་ཆ་བཅས་ཕྱོགས་དང་ངོས་གཉིས་ཀའི་དོན་སྟོང་ལྟ་  
 པ་ཞིག་ཡིན་པར་ངོས་འཛིན་གྱི་རིགས་པར་མཐོང་། དེ་བས་ན་རྒྱུས་གར་རིག་གནས་ནི་རིག་  
 གནས་གཞན་དག་དང་བསྟུར་ན། མི་མང་གི་འཆོ་བའི་ནང་ཟབ་ཞུགས་བྱས་ཆད་གཏིང་ཟབ་  
 པའི་རིག་གཞུང་ཞིག་ཡིན་པའང་རྒྱ་མཚན་འདི་དག་གིས་བྲངས་པ་ཡིན། འདིས་མི་མང་གི་  
 ནང་སྒྲིབ་དོར་འཇུག་ཐོག་དང་། མཐུན་ལམ་དོག་རྩ་གཅིག་སྤེལ་ཚུན་ལ་ཐད་ཀར་ལམ་སྟོན་  
 དང་གོ་བསྟོན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་། ལམ་སྟོན་དང་གོ་བསྟོན་གྱི་བྱུང་འབྲས་ཀྱིས་ང་ཚོའི་གནས་  
 རྟེན་མང་པོ་ཞིག་ལེགས་ལམ་དུ་དྲི་བར་པན་གྱོགས་སྒྲ་ན་མེད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའང་ཡིན་  
 སྟབས། རྒྱུས་གར་རིག་གནས་ཉམས་པ་སྐྱར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་སྤེལ་བྱེད་རིམ་ནང་ངེས་  
 པར་དུ་སྐྱེད་གཏམ་དང་རྣམ་ཐར་སོགས་སྐྱེད་གཅེས་དར་སྤེལ་ནས་འགོ་འཇུགས་དགོས་པའང་  
 ཡིན།

ཚུལ་འདིར་དམིགས་ཏེ། སྟོན་གྱི་མཐས་པ་དག་གིས། འགོ་བ་རིགས་བྱུག་གི་རི་  
 མོ་འབྲེ་བཞེངས་དང་འབྲེལ་བའི་གཞུགས་དང་ཉམས་ཀྱི་བྱུང་པར། གདོང་དབྱིབས་དང་ཞལ།  
 མིག་དང་སྒྲ། བྱུག་ཞབས་སྒྲ་ཚོགས་པའི་བྱུང་པར་གསལ་བའི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་  
 མང་དུ་སྟོས་པ་དག་ཀྱང་དོན་ལ་ང་ཚོས་སྒྲིབ་བཞིན་པའི་རྒྱུས་གར་དང་ཕྱོགས་ངོས་མང་པོ་ནས་  
 འབྲེལ་ཆེ་ཞིང་། དེས་སྐར་ཡང་མི་སྤེའི་སྤྱི་ཚོགས་ལ་པན་དགེ་འདེན་པའི་བྱུང་ཞུགས་པ་དང་  
 འབྲེལ། རྒྱུས་གར་སྒྲ་ཚོགས་པའི་གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་གཟུགས་ཀྱི་རིམ་པ་ལ་ནང་དོན་  
 དང་མཚོན་དོན་གྱི་རྣམ་པ་དང་བཅས་པའི་རམ་འདེགས་མི་དམན་པ་གནང་ཡོད་པའི་ངེས་ཤེས་

འདྲན་ཐུབ་པ་ཡིན།

དོན་གྱི་གནད་འདི་དག་དང་ལྡན་པ་ལགས་སྐབས། གློས་གར་རིག་གནས་ཀྱིས་ནི་  
མདོ་རྒྱལ་གྱིས་བསྟུས་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་དང་འབྲེལ་བའི་མཆོད་དབྱངས་སྒྲ་ཆོག་གས་  
དང་། གར་འཆམ་སྒྲ་ཆོག་གས། གཞན་ཡང་། འཇིག་རྟེན་མི་ཆོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་དོན་  
གནད་དམིགས་བསལ་བ་རྒྱུན་ཉར་གྱི་བྱད་ཆོས་ཀྱིས་ཐུག་པའི་ལོ་རྒྱུས་མཆོན་པའི་ནང་དོན་  
ཅན་གྱི་གློས་གར་སོགས་ལ་བྱབ་ཀྱི་ཡོད་པ་སྟེ། དེ་དག་གང་ཡང་ཉན་བཤད་བདེ་མཆོན་ནས་  
འབྲལ་སྟོན་གྱི་ནམ་པར་འཕྲོས་པ་ཡིན།

འདི་ལྟར་གློས་གར་རིག་གནས་ནི་གལ་ཆེའི་དོན་སྟེང་ལྡན་པའི་རིག་པ་ཞིག་ལགས་  
སྐབས། ཉམས་ན་ཆེས་ཕངས་པའི་རིག་གནས་ཞིག་དང་། དར་སྤེལ་དུ་གཏོང་མ་ཐུབ་ན་དེ་  
བས་ཀྱང་ཕངས་དགོས་པའི་རིག་གནས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན།

གཅིག བོད་འདིར་ཉན་བཤད་གྱུར་གསུམ་དང་བརྟོངས་པའི་  
སྒྲ་ཚུལ་བྱུང་འཕེལ་གྱི་དོན་བསྟུས།

བོད་ཀྱི་གློས་གར་རིག་གནས་སྐབས་ཉན་བཤད་གྱུར་གསུམ་དང་བརྟོངས་པའི་  
ཚོམ་རིག་དེ་མ་སྐྱེང་རང་སྐྱེང་ཡིན། དེ་ལ་ཉན་བཤད་གྱུར་གསུམ་ནི། གཏམ་རྒྱུད་སྒྲ་ཆོག་གས་  
པ་བརྒྱུད་བསྒྲགས་ཀྱི་གོ་རིམ་ནང་དར་འཕེལ་བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་སྤྱི་ཆོག་གས་ནང་གཟེངས་  
སུ་ཐོན་པའི་ནང་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དང་ནམ་ཐར། རོགས་བརྗོད་དང་ལོ་རྒྱུས་  
དོན་གནད་གང་ཞིག་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་བརྒྱུད་བསྒྲགས་ཀྱི་གོ་རིམ་ནང་། གང་ཞིག་རི་ལྟར་  
བྱུང་ཚུལ་དང་བཅས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་དང་། མདུག་འབྲས་ཀྱིས་དགེ་སྤྱི་སྤང་སྤང་གིས་བསྟུས་  
པའི་ནང་དོན་གང་ཞིག་བསྟན་རིམ་སོགས་ལས་བརྩམས་ཏེ་བྱུང་བ་ཡིན་ནའང་། དེ་འཕེལ་

ལྷན་ཁྲིའི་དུས་ལུན་ནང་མི་མང་པོས་སྤར་ཡོད་གངས་རྒྱུད་ཀྱི་ནང་དོན་སོར་བཞག་ཐོག་སྤྱི་ཙམ་  
 ལྷ་ཆོག་པ་འདི་གསོན་ཉམས་སྤྱོད་ཏེ། སྤྱི་ཆོག་པ་ནང་ཟབ་འདུག་གི་ཁྱད་ཆོས་ཅན་དུ་བྱས་པ་  
 དེ་ནི། གངས་རྒྱུད་སོགས་དར་ཁྱབ་ཀྱི་གནད་འགག་གས་གཞི་རྩ་སྤྱི་བ་ཆགས་ཡོད་པ་དེ་བཞིན།  
 ཐོག་མར་མི་གཅིག་གིས་གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྔ་དང་དེ་ལས་བཅུ་ལ་བའི་སྤྱི་ཆོག་པ་ཆེ་ཆུང་མང་  
 པོར་གངས་རྒྱུད་སོགས་བརྒྱུད་སྤྱོད་དང་། དེ་དག་གིས་ཀྱང་རང་ཉིད་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་ཆོག་པ་  
 ནང་ཁྱབ་འབྲེལ་ས་གནང་བ་ཡིན་སྟབས། ཆེས་གནའ་བོའི་སྐབས་ཀྱི་གངས་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་  
 དེང་ནང་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་དང་། གནས་སྤངས་འདི་འབྲེལ་གྱི་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་  
 དབྱེ་ཞིབ་ཀྱིས་སྤོན་གྱི་སྤྱི་ཆོག་པ་ཀྱི་རིམ་པར་དེང་ནང་ཞིབ་འདུག་གྱི་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་སྟེ།  
 ང་ཆོའི་རྒྱལ་རབས་དང་ཆོས་འབྱུང་མང་པོ་ཞིག་ནང་སྤོན་ནས་དར་བའི་གངས་རྒྱུད་ཆད་འཕེར་  
 དག་གཞི་ལ་བཞག་ནས་སྤེལ་བའི་ནང་དོན་ཅན་གྱི་རིམ་པ་མང་པོ་ཡོད། དེ་ཡང་དཔེར་ན།  
 རང་རེས་སྟོན་པའི་མངོད་རྣམ་དང་སྤྱི་ཆོན་ཁག་གི་རྣམ་ཐར་གྱི་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡིག་ལམ་  
 དུ་བཞོད་པ་དང་ཆབས་ཅིག །དེ་དག་རི་མོའི་ལམ་དུ་འགོད་པའི་སྤྱི་ཙམ་གྱི་ལམ་དུ་ཞུགས་  
 ཡོད་ནའང་། སྤྱི་ཙམ་དོན་སྤྱིར་དང་བསྐྱོངས་པའི་བསྟན་བྱ་དེ་དག་མང་ཆོག་པ་ནང་དེ་ཅུ་  
 གིས་ཁྱབ་འཕེལ་མ་ཐུབ་པའི་གནས་སྐབས་དེར། སྤྱི་མ་གྲུབ་ཐོབ་མང་པོས་ཡིག་ངག་གཉིས་  
 ཐབ་ཀྱི་གངས་རྒྱུད་སྤྱི་ཆོག་པ་དང་། སྟོན་པའི་མངོད་རྣམ། སྤྱི་མའི་རྣམ་ཐར་སོགས་གསལ་  
 བའི་ཐང་ག་སོགས་ཆེད་བསྐྱེད་ཀྱིས་མི་ཆང་དང་གྲོང་སྤྱི་སོགས་སུ་རྒྱ་ཁྱུ་འབྲུལ་གྱིས་དེ་དག་  
 གི་བསྟན་དོན་ངག་ནས་འཆད་སྤེལ་དང་རྣམ་པ་རི་མོའི་ལམ་ནས་མངོན་སྟོན་བྱས་ཏེ་ཁྱབ་སྤེལ་  
 གནང་ཞིང་། དེས་མང་ཆོག་པ་ནང་བག་ཆགས་ངེས་ཅན་བཞག་དབང་གིས། སྤྱི་ཙམ་དང་  
 ལྷན་པ་མང་པོས་རང་ཉིད་གཟུགས་བརྟན་དེ་དག་གི་ཆོབ་མཆོན་དུ་བཞེངས་ནས་གངས་རྒྱུད་  
 དང་རྣམ་ཐར་རིགས་སྤྱི་ཆོག་པ་པའི་འཁྱབ་སྟོན་གྱི་ལམ་ནས་མཆོན་ཐབས་སོགས་ལ་བརྩོན་རྒྱུ་  
 བསྐྱེད་འབྲས་ལྟ་བུས། ཉན་བཤད་གྱིར་གསུམ་གྱི་རྣམ་པར་ཡོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་དེ་དག་གཟུགས་

ཅན་དུ་བྱས་ཏེ་འཁྲབ་སྟོན་དང་བསྟོར་ས་ནས་དར་འཕེལ་ཤུགས་ཆེར་ཕྱིན་པ་འདྲ་ཡིན། ཡིན་ནའང་། བརྒྱད་རིམ་དེའི་ནང་ཉན་བཤད་རྒྱུ་དང་བའི་རྣམ་པ་དེ་བཞིན་གཟིགས་མོའི་སྒྲིམ་གར་དང་བསྟོར་ས་རིམ་དེས་གཏན་མེད་བཟོས་པ་ཞིག་ཡིན་ས་མིན་པ་ནི། བོད་ས་སྟོན་སྟེང་གང་སར་བྲམ་མ་མི་བཞེས་རྒྱུ་དུ་བཀའ་བསྟན་གསུང་རྣམ་གང་འོས་རེ་བསྐྱམས་ཏེ། ཁྱོད་སྡེ་མི་ཆང་རྣམས་སུ་རྒྱ་འབྲུལ་གྱིས་སྟོན་པའི་མཛད་རྣམ་དང་བྲམ་མ་ཆེ་གེ་མོ་དག་གི་རྣམ་པར་ཐར་པ་ལས་བརྩམས་ཏེ་སྒྲུང་དོར་འདུག་ཞེས་གཞན་སྟོན་པ་ནས། སྟོན་ལམ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ཞུན་འདས་ཀྱིས་ཐོག་དྲངས་པའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་དག་གི་རྣམ་པར་ཐར་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཆད་ཉན་གྱི་སྒོལ་གནའ་ནས་དེང་བར་མ་ཉམས་པར་ཡོད་པ་དག་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ན་ཉན་བཤད་ཀྱིར་གསུམ་གྱི་རིག་གནས་བྱུང་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ཡིན།

སྤྱིར་ཉན་བཤད་ཀྱིར་གསུམ་གྱི་ནང་སྒྱུ་དང་མགྱར། མཆེད་བཅས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་རེ་རེར་ཡང་ཀྱིར་ལུགས་ལེན་སྟངས་ནས། ནང་དོན་ཚུན་གྱི་རིམ་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དག་ནི་བཟོད་ཀྱིས་མི་ལངས་པ་དེ་ལྟར་ནའང་། འདིར་སྒྱུ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཅུང་སྐྱང་ན། སྒྱ་ཞེས་པ་ནི་དག་གི་འགྱུར་ཁྲུག་གངས་དང་བསྐྱབས་ནས་བཟོད་དོན་གང་ཞིག་དབྱངས་སུ་ཀྱིར་ནས་གཞན་སེམས་མགྱུ་བ་དང་སྤང་བ། ཁྱོད་དང་ཉམས་དམའ་བར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ནང་དོན་ནམ་རྣམ་འགྱུར་གྱི་རིམ་པ་ལ་བྱུ་ཞིང་། མགྱར་ཞེས་སྒྱུ་ཡི་ཞེ་ཆོག་གིས་བསྟན་པ། མཆེད་ཅས་པ་སྒྱུ་གང་ཞིག་གིས་བསྟན་དོན་དེར་དག་སེལ་དང་སྒྱུན་བཟོད། ངོས་ལེན་སོགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་ལན་འདེབས་ཀྱི་རིམ་པ་གངས་སུ་བཀྱག་པ་ལ་གོ་ཡི་ཡོད་པ་ནི། བོད་གནའ་བོའི་སྐབས་སྤྱང་སྡེ་བོན་གསུམ་གྱིས་ཆབ་སྟོན་བསྐྱངས་རིམ་དང་། བཅན་པོའི་དུས་སྐབས་སུ་གྲི་གུམ་བཅན་པོའི་སྐུ་བཞུང་དང་སྟོན་པོ་རུ་ལས་སྐྱེས་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་ངམ་འཁོར་བཅས་མེད་བརྒྱག་བཟོས་པའི་དཔའ་ཉམས་དང་བསྟོར་ས་པའི་མགྱར་དང་། གནམ་རི་སྟོར་བཅན་སྐབས་སྤྱང་དང་དབའས་གཉིས་ཀྱིས་བེད་པོ་རྗེ་ཆམ་ལ་ཐབ་མཛུག་གི་མཆེད་སོགས་ཏུན་དོང་ཡིག་རྟིང་།

དུ་གསལ་བ་འདི་དག་གིས་ཡོངས་སུ་མཆོག་པར་སྒྲུང་། ཡིན་ནའང་། གནའ་བོའི་མཆིད་  
ཆོག་དག་ལ་སྐད་ཆའི་ཉམས་འགྱུར་ཙམ་ལས་སྟན་དག་གི་ཉམས་འགྱུར་དེ་ཙམ་མེད་ནའང་།  
སྐྱེའི་དག་ནི་སྟན་དག་དང་བསྐྱེད་ས་པ་གསལ་ཆེ་བ་སྟེ། བོད་ཀྱི་མཁས་གྲུབ་དམ་པ་མང་པོས་  
ཞལ་གདམས་ཀྱི་རིམ་པ་ཁག་མགུར་ཆོག་ཏུ་བརྒྱས་ནས་བརྩམས་པའི་སྒྲེགས་བམ་དག་ཀྱང་དོན་  
ལ་སྐྱེའི་གི་རྣམ་པས་བྲངས་པ་གྲགས་ཆེ་བ་ཡིན།

གཉིས། བོད་འདིར་རྒྱུས་གར་གྱི་འབྲུབ་སྒོལ་བྱུང་འཕེལ་གྱི་དོན་བརྩམས།

རྒྱུས་གར་ནི། གོང་དུ་རོབ་ཁུས་བཞིན་གྱི་ཉན་བཤད་གྱུར་བ་ནས་རི་མོ་བཅས་ཀྱི་  
ཉམས་དང་བསྐྱེད་ས་པའི་དོན་སྤྱིར་དང་ལྡན་པའི་མང་གཞི་དེ་ལས་དར་ཁིང་འཕེལ་བ་ཡིན་སྟབས།  
དེ་ནི་ཉན་བཤད་གྱུར་བ་སོགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ལྡན་པའི་ནང་དོན་རིགས་ཐང་ག་སོགས་རི་མོ་སྐྱེའི་གས་  
པའི་ལམ་ནས་དང་། ཉན་བཤད་གྱུར་བ་གསུམ་གྱི་ལམ་གང་འོས་ནས་དར་སྤེལ་བྱུང་འབྲེལ།  
སྤྱིར་དང་གཏམ་རྒྱུད། རྣམ་ཐར། སྐྱེའི་གས་འཆོ་བ་དམིགས་བསལ་བའི་རིགས་བཅས་ཀྱི་  
ཆབ་མཆོན་དུ་བཀོད་པའི་མི་སྣ་དེ་དག་གི་གཟུགས་བརྙན་ལ་རྗེས་རྒྱུས་བྱས་ཏེ་འབྲུབ་སྒོལ་བྱེད་  
པའི་རྣམ་པ་ཞིག་ཡིན། འདི་ལ་རྒྱུང་པའི་རྒྱུས་གར་དང་ཐུན་མོང་རང་བཞིན་གྱི་རྒྱུས་གར་སོགས་  
སྐྱེའི་གས་ཡོད།

དེ་ཡང་དམ་པ་སྐྱེའི་དང་འཛིག་ཏེན་མི་ཆོས་གཉིས་ཐང་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དོན་སྤྱིར་གིས་  
བརྩུང་བ་བཅས་སུ་ཡོད་པ་ལས། གར་འཆམ་གྱི་སྐོར་ནི། སློབ་དཔོན་པུ་འབྱུང་གནས་དང་  
དང་མཁས་པོ་བོ་རྩི་ས་ཏུ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་བསམ་ལས་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་རབ་ཏུ་གནས་པར་  
བྱེད་པའི་སྐབས་ནས་འབྱོར་དང་ནས་འབྱོར་བྲལ་མེད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བརྙན་དོན་དང་འབྲེལ་བའི་  
རྩི་རྩེའི་གར་མང་དཔ་ནས་རིམ་འཕེལ་བྱུང་བ་དང་། བརྙན་པ་སྤྱི་དར་གྱི་སྐབས་སུ་ལོ་ཆོན་

རིན་པམ་མོགས་ཀྱིས་རྒྱུད་སྡེ་ཁག་པོད་བསྐྱར་གནང་བ་དང་སྡོགས་མཚུངས་དེ་མེད་གར་གྱི་  
རིགས་ཁྲུབ་སྡེལ་གནང་བ་ནས་བརྒྱུད་པའི་རིམ་པ་ནམས་ནི་དང་ནའང་ས་དགེ་བཀའ་རྙིང་གི་  
ཆོས་བརྒྱུད་འཛིན་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་གིས་མི་ཉམས་སྤང་འཛིན་ཀྱིང་བཞིན་པ་འདི་ལགས།

རྫོས་གར་འབྲུབ་གཞིགས་ཀྱི་རིགས་འདི་བཞིན། ཕྱི་ལོ་ ༡༩༡༥ ལོར་འབྲུང་གིང་  
ཕྱི་ལོ་ ༡༩༦༩ ལོར་དགོངས་པ་ཞི་དབྱིངས་སུ་གཏད་པའི་གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྡོང་རྒྱལ་པོའམ་  
བཙོན་འགྲུས་བཟང་པོ་ཞེས་བཟོ་རིག་སྐུ་ཅལ་ལ་དབང་འཕྱོར་བ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲིམ་འགྲུལ་གྱི་  
ཆ་རྒྱུན་ཡར་སྡེལ་ཡོང་ཐབས་སུ་དམིགས་པའི་ལས་གཞི་ལགས་འགྲུབ་ཀྱི་མཐུན་འགྱུར་གསོག་  
སྤྱབ་ཆེད་རྩ་མོའི་འབྲུབ་སྟོན་ལུ་སྟོ་གསར་བཏོད་གནང་ནས་ས་གནས་ཁག་ཏུ་ཆེད་བསྐྱོད་ཀྱིས་  
དར་སྡེལ་དང་བརྒྱུད་བསྐྱགས་གནང་བར། ས་གནས་འདྲ་མིན་གྱི་སྤྱིས་བུ་མཆོག་དམན་བར་  
མ་མཐའ་དག་གིས་དང་ལེན་དགའ་མོས་གྲགས་ཆེར་ལུས་པའི་མང་གཞི་ནས་རྒྱ་བསྐྱོད་དང་དར་  
འཕེལ་བྱུང་འགོ་ཚུགས་པ་དང་ཆབས་ཅིག་། རྒྱ་དོན་དང་ནམ་གངས། འབྲུབ་སྟོན་གྱི་རིམ་  
པ་དང་ཆས་གོས། ལྷངས་སྤྲུལ་དང་ཉམས་འགྱུར་ཚུན་གཅིག་ནས་མང་དུ་གྱིས་ཏེ་ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པའི་བོད་ཀྱི་རྫོས་གར་རིག་གནས་འདི་བྱུང་བར་དབྱུད་ཞིབ་པ་མང་པོ་འདོད་ཅེ་མཐུན།  
དེ་ནི་མང་ཆོགས་ཀྱི་འཆོ་བ་དང་མང་ཆོགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲོ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་སྤྲུལ། འདི་ལ་  
ང་ཆོས་དམངས་ཁྲིད་ནས་བྱུང་བའི་འབྲུབ་སྟོན་ནམ་རྫོས་གར་སྐུ་ཅལ་ཞེས་འབོད་ཀྱི་ཡོད་ཅིང་།  
རྒྱ་མཆོན་འདིར་གཞིགས་ཏེ། དབྱུད་ཞིབ་པ་མང་པོས་དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་  
ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ནམ་པ་དེ་ནི་བོད་མི་རིགས་འདི་བཞིན་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོར་གྲུབ་པ་ནས་ཡོད་  
པར་ངོས་འཛིན་པ་དང་། དེ་ནི་རྫོས་གར་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཡིན་པ་ནས། གྲུབ་ཆེན་ཐང་སྡོང་རྒྱལ་པོས་  
ཀྱང་རྒྱ་འདི་ཉིད་མང་གཞིར་བཞག་སྟེ་རྩ་མོའི་རྫོས་གར་གསར་བཏོད་གནང་བའང་ཡིན་སྤྲུལ།  
དམངས་ཁྲིད་དུ་སྤར་ནས་ཡོད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སོགས་ཀྱི་མང་གཞི་དེ་རྒྱ་བསྐྱོད་དང་ཆབས་  
ཅིག་པར་རྫོས་གར་འབྲུབ་སྟོན་གྱི་ནམ་པར་བསྐྱར་བ་དང་། དེ་ཡང་གཏན་སྟོན་ཅན་དུ་བསྐྱར་



པར་ངོས་བཟུང་བ་དེ་དོན་ལ་གནས་པའི་དབྱེད་ཞིབ་དུ་རིགས།

དེ་ལྟར་ནའང་། ང་ཚོས་རྒྱུས་གར་ཞེས་པའི་ཐ་སྟངས་ཀྱི་གོ་དོན་ལ་དབྱེད་སྐབས། ལད་  
རྒྱས། རྗེས་རྒྱས། བསྐྱར་རྒྱས་སོགས་ཀྱི་རྒྱས་དེ་བཞིན། དེ་ལྟར་བྱུང་བཞིན་བྱས་བཞིན་གང་  
རུང་ལ་རྗེས་སུ་ཞུགས་ནས་ལད་མོ་བྱས་པ་ལ་གོ་ཡི་ཡོད་ཅིང་། གར་ཞེས་པ་ནི། ལུས་ཀྱི་  
སྒངས་སྐབས་ལས་བྱུང་བའི་ཉམས་འགྱུར་ཏེ། གར་གྱི་ཉམས་བརྒྱུད་ཅེས་ལུས་ཀྱི་སྒངས་སྐབས་  
ཀྱིས་བསྐྱས་པའི་བཟོ་ལྗང་ཚུགས་ཀ་སྟོན་སྒངས་སྒྲ་ཚོགས་པར་གོ་ཡི་ཡོད་པ་ནས། རྗེས་སྤྱོད་  
སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་མིག་ཡིད་ན་བའི་དགའ་སྟོན་ནང་། དགའ་བའམ་སྒྲེག་པའི་  
ཉམས་བརྒྱུད་ནམ་འགྱུར་རྒྱུས་པའི་གར་དུ་བསྐྱར་བ་ཞེས་དང་། རྟོང་ཐུག་ཉམས་ཀྱིས་སྒྲེག་  
པའི་ལུས་ཀྱི་ནམ་པར་འགྱུར་བ་དང་། རྒྱུད་པགས་པ། བྱ་ག་སྐབས་འབྲེང་སོགས་ལས་  
བྱུང་བའི་སྒྲ་དབྱངས་སྟན་པོས་མིག་དང་། རྒྱ་བ་ཡིད་ལ་བདེ་བའི་རོལ་མོ་ཞེས་དང་། ས་བརྒྱའི་  
མདོ་འབྲེལ་ལས། སྟན་ངག་དང་། གཏམ་རྒྱུད་དང་། རོལ་མོ་ནམས་ནི་ཡིད་མི་བདེ་བའི་  
གཉེན་པོའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དགེ་བ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་ཡོད་པ་དེ་བས་ན། རྒྱུས་གར་ཁྱབ་རྒྱ་ཆེ་  
རུ་གཏོང་ཁུལ་གྱིས་རྒྱུས་གར་གྱི་ཐ་སྟངས་དང་བཅས་པར་དབྱེད་ཞིབ་ཡི་ནས་མེད་པར་ཉན་བཤད་  
ཀྱི་རྒྱུས་གར་དང་ལྟར་མའི་རྒྱུས་གར་གྱི་རིགས་གཉིས་སུ་ཡོད་ཅེས་སྒྲ་བའི་རིགས་ལ་ཞུ་འདོད་  
པའི་ཆོག་འགའ་ཡང་མཆིས་མོད་ཀྱང་། མང་དུ་དོགས་ཀྱིས་ཡིག་ཆོགས་མ་སྟེལ་བ་ལགས།

དེ་བཞིན་ང་ཚོས་རྒྱུས་གར་དང་འབྲེལ་བའི་ཐ་སྟངས་མང་པོ་ཞིག་གི་གོ་དོན་ལའང་བལྟ་  
རིགས་པ་སྟེ། རྒྱ་ཞེས་པ་ནི། ཆོག་དབྱངས་སུ་གྱེར་བ་སྟེ། དག་གི་འགྱུར་ཁུག་ལས་བྱུང་  
བའི་རྒྱས་བྱངས་པའི་དབྱངས་ཁོ་ནར་གོ་དགོས་པ་དང་། ཞབས་བྱོ་ཞེས་པ་ནི། ཀྱང་པའི་སྒངས་  
སྐབས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་ལུས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་པའང་ཤེས་ཐུབ། འདི་ལྟར་  
དབྱེད་པས་ཀྱང་རྒྱུས་གར་ཞེས་པ་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་མིན་དེ་ཤེས་རྟོགས་ཐུབ་ནའང་། དོན་  
འདི་ལ་བསམས་ནས་རྒྱུས་གར་ཡིན་ཕྱིན་སྐར་གྱི་དེ་ལ་ལད་རྒྱུས་བྱེད་པ་ཙམ་ཡིན་པས་དེར་རིན་

ཐང་མེད་པ་དང་། དེར་ཡང་མི་ཉམས་རྒྱུ་སྤྱོད་ལས་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་རིམ་པ་མེད་དགོས་པར་  
འདོད་རུང་དེ་ལྟར་མིན་པ་ནི། རྣམ་ཐར་དང་ཉོགས་བརྗོད། ལོ་རྒྱས་དང་རྒྱལ་རབས་སོགས་  
ཀྱི་དོན་སྤྱོད་ལྡན་པའི་ནང་དོན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་དེ་དག་ཀྱང་། དོན་སྤྱོད་དེ་གཙོ་འདོན་ནམ་ལད་  
མི་བྱེད་ཡུལ་སྤེལ་བར་བབུང་སྟེ་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་དང་རྣམ་པ། རང་དོན་སོགས་སྤར་  
བས་རེ་རྒྱས་སུ་བྱང་དང་གཏོང་བཞིན་པ་འདི་དག་ལ་དཔགས་ནས་དོན་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་དགོས་  
པ་ལགས་སྟེ་བས། རྒྱུ་ལས་ནི་རྩ་མོའི་འཁྲབ་སྟོན་གཅིག་པུ་ལ་གོ་བའི་ཞེན་འཛིན་རིགས་  
དོར་ནས་དཔུང་ཞིབ་དང་དར་སྤེལ་དགོས་པ་ཡིན།

གསུམ། རྒྱུ་ལས་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གཏོང་སྤངས་ཀྱི་བསམ་འཆར།

རྒྱུ་ལས་རིག་གནས་དར་སྤེལ་གཏོང་བའི་རྒྱུ་ལས་འཁྲབ་སྟོན་ལས་རིགས་གཉིས་  
མཁན་ཀྱི་རིགས་ཁོ་ནར་དབང་བའི་ལས་དོན་ཞིག་མིན་སྟབས། རིག་གཞུང་ལས་དོན་པ་གང་  
ན་སུ་བཞུགས་མཐའ་དག་གིས་ཁྱར་བཅོམ་ཞུ་དགོས་པ་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་ང་ཚོས་ད་པན་ཀྱི་  
དུས་ཡུན་ནང་རྒྱ་གར་དང་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཚུལ་སྤྱོད་ཆོགས་པ་མི་ཉམས་གོང་སྤེལ་བགྱིས་རིམ་  
ཀྱི་གནས་བབ་སྟེ། འངས་མགོན་ས་སྐྱ་པཎ་ཆེན་ཞབས་དང་སྟེ་སྤྱད་སངས་རྒྱས་རྒྱ་མཆོ་རྣམ་  
གཉིས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་རོལ་མོ་དང་རྒྱ་གར་ཀྱི་རྒྱ་ཚུལ་མི་ཉམས་གོང་སྤེལ་དང་། དེ་ཡང་དམངས་  
ཁྱོད་རིག་གཞུང་ནས་ཚུམ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཅན་དུ་བསྒྱུར་རིམ་དེར་མིག་སྟོན་ཞུས་འབྲེལ།  
གོང་སྤེལ་དང་རྒྱུར་སྤྱོད་སོགས་ཀྱི་ལས་དོན་ལ་འཇུག་རིགས་པ་སྟེ། རང་རེ་བོད་འདིར་རོལ་  
དབྱངས་དང་རྒྱུ་ལས་ལ་སོགས་པའི་རྒྱ་ཚུལ་སྟེ་མང་ཞིང་ཉམས་འགྱུར་གྱིས་ཡོངས་སུ་གཏམས་  
མིང་ཁྲངས་ལྡན་མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ནི་བོད་ཆོས་རྒྱལ་ཆོའི་སྐབས་ནས་དར་སྤེལ་ཆེ་ཡུལ་སྟོན་  
མངའ་རིས་སྟོར་གསུམ་ཁུལ་ཀྱི་རྒྱ་གར་སྤྱོད་ཆོགས་པའི་མང་གཞིའི་སྟེང་། གཙང་པ་སྟེ་སྤྱད་

ཀྱིས་ཐུ་རྩེས་སུ་སྒྱིད་སྟོང་པ་སོགས་ཆེད་གཏོང་གིས་གསར་བཏོད་དང་བཅས་པའི་ལས་དོན་  
མངོན་འབྱེད། རོལ་མོའི་ཆེད་ལས་པ་དག་ས་དེར་མངགས་ཏེ་རོལ་མོའི་གདངས་དང་མཐུན་  
པའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྱུར་ཉེར་གཅིག་སོགས་སུ་སྒྲེ་གནང་མངོན་པ་ནས། གྲུལ་མཆོག་ཐུ་  
ཆེན་པོའི་སྐབས་དེ་ཐུའི་རྒྱུས་གར་གྱི་རིགས་ལས་ཉམས་དང་འགྱུར་བ་ཉམས་ཐལ་ཆེས་ནས་  
མི་རྣམས་ལ་སྤྱོད་བ་བསྐྱེད་ལུགས་ཀྱང་རིགས་དང་། བཟང་པོའི་ཕྱིས་མ་བཟོན་པའི་བྱེད་སྟོན་ཀྱིས་  
རྒྱུས་གར་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱི་ཉམས་འགྱུར་ཡལ་དྭགས་སུ་བཏང་རིགས་ལེགས་བཅོས་ཆེད། ལ་དྭགས་  
རྒུལ་པོའི་རོལ་ཆ་བ་ནད་བྱེད་བ་མ་ཁི་སོགས་དང་། བྱད་མེད་མགྱུན་པ་ནས་སྤྱིའི་རོལ་མོ་འབྲེལ་  
བ་མོ་རྒྱན་བྱ་བྱིད་སོགས་ཆེད་བསྐྱུས་ཀྱིས་དྲ་དབྱངས་ཉམས་རིགས་སྒྲར་གསོ་དང་། དབྱངས་  
འགྱུར་ཐལ་གྱི་རིགས་ཁུས་དག །རོལ་ཆའི་ཆོད་གཞི་གཏན་འབེབས་སོགས་གནང་ཡོད་པ་  
དེ་དག་གི་དྲིན་གྱིས་རང་རེ་པོད་འདི་བཞིན་སྒྲུ་གར་གྱི་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་བསྐྱར་ཡོད་པ་དེ་ལྟར་  
ནའང་། གཞུང་ལུགས་དང་བསྐྱོངས་པའི་ལག་ལེན་གྱི་རིམ་པ་ནི་དེ་ཙམ་མ་དར་བར་སྒྲུང་བ་  
ནི། འདི་ཐད་ཞིབ་འཇུག་དང་རྒྱས་ལོན། ཉམས་ལེན་བྱེད་མིའི་རྣམས་སྟོབས་ཀྱིས་མ་འདང་  
བ་དེ་ཆགས་ཡོད།

རྒྱུས་གར་སྒྲུ་ཆོགས་པ་ཇི་ལྟར་དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་མིན་ནི། ལྟར་ཡོད་མི་ཉམས་  
སྤང་འཛིན་དང་སྤར་མེད་རིགས་གསར་གཏོད་དགོས་པ་ལས། བོད་ཀྱི་རྒྱུས་གར་ཆེན་པོ་བརྒྱད་  
ཅས་སུ་གྲགས་པ་རྣམས་ལོ་ནས་ལོར་མཐུད་དེ་བསྐྱར་རྒྱུས་བྱས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་ནི་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་  
གོམ་པར་བཅི་མི་རུང་བ་སྟེ། ཡར་རྒྱས་སུ་གཏོང་བ་ནི་རྒྱུས་གར་གྱི་རྣམ་གྲངས་དང་སྤྱུས་ཆོད།  
ཉམས་འགྱུར་དང་བཅས་པ་གསར་གཏོད་ཀྱིས་སྤར་ལས་འཐུས་སྟོན་ཆོད་དུ་གཏོང་བ་ནས་འགོ་  
འཇུགས་དགོས་ཡིན། དེ་བས་ན་ང་ཆོས་སྐྱེས་རབས་དང་རྟོགས་བཞིན། རྣམ་ཐར་སོགས་  
འབྲུག་གཞུང་གི་རྣམ་པས་དར་སྤེལ་དང་དེ་འབྲུག་གཞིགས་སུ་བསྐྱུན་ནས་དར་སྤེལ་དང་། ཡང་  
ན། དོན་སྤྱིར་དམིགས་བསལ་བ་གང་ཞིག་འབྲུག་གཞུང་དུ་བཟོས་ནས་དར་སྤེལ་གཏོང་བ་

སོགས་ལ་དེ་སྤྱི་དགོས་པ་དང་། དེ་ཡང་འབྲེལ་གཞུང་རྩོམ་མཁན་ཆོས་འབྲེལ་གཞུང་  
ག་ཚད་ཀྱིས་ཚད་མང་བ་བརྩམས་པ་དེ་བཞིན་རྒྱུ་ཅུལ་ལས་རིགས་གཉིས་མཁན་ཆོས་  
ཀྱང་ཆོད་ལྟ་ཅུལ་མ་ཡིན་པར་ལག་ལེན་བསྟར་བཅས་ལ་འབད་དགོས་པ་གནད་འགག་ཆགས་  
ཀྱི་ཡོད། དེས་ན་འབྲེལ་གཞུང་རྩོམ་མཁན་གྱིས་འབྲེལ་གཞུང་ཞིག་བརྩམས་གནང་བ་དེ་རྩོམ་  
རིག་རང་གི་དོ་བོན་སྤྱི་ལུ་འགྲོ་མེན་གྱི་འགན་དེ་རྒྱུ་ཅུལ་བ་ཆོར་ཡོད་ཅིང་།  
འདི་འབྲེལ་རྒྱུ་ཅུལ་གྱི་བྱང་ཆོས་གོང་མཐོར་སྤེལ་རིམ་ནང་རྩོམ་པ་པོ་དང་འབྲེལ་རྩོན་པ་ཕྱོགས་  
གཉིས་ཀས་ལུས་པ་སྤེལ་དགོས་པ་འང་ཡིན་སྟབས། རྒྱུ་ཅུལ་དར་སྤེལ་གཏོང་དགོས་  
ན། ལྟ་རབ་རྒྱུ་ཅུལ་གར་རྒྱུ་ཅུལ་བ་རང་ཉིད་རྩོམ་པ་པོ་དང་ཡང་ན་སློབ་མཁན་ཆོད་ལྟ་ཅིག །ཡང་  
ན་ནི་རྩོམ་པ་པོ་དང་རྒྱུ་ཅུལ་བ་གཉིས་ལ་མཉམ་འཛོམས་ཀྱི་གོ་སྐབས་དང་ཁོར་ཡུག་  
ཆེན་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིན། གནད་དོན་འདི་རྒྱུ་ཅུལ་དར་སྤེལ་གྱི་གཞི་རྩ་འང་ཡིན་སྟབས།  
འདི་མེད་པའི་རྒྱུ་ཅུལ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་གི་བསམ་འདོན་དེ་བཞིན་ལུས་ངག་གི་རྣམ་པས་  
བརྒྱུད་བསྐྱགས་ཀྱི་ཆབ་དྲུ། རང་ཉིད་ནི་མི་སྡེ་ཆེ་གོ་མོའི་བསམ་སྤྱོད་མངོན་མཆོན་བྱེད་སྤྱོད་  
ཅུལ་གྱི་རྣམ་པས་འབྲེལ་རྩོན་དང་གཞུས་གཏོང་སོགས་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་རེད། ལྟ་མཆོན་འདི་  
བས་ན། རྩོམ་པ་པོ་ཆོས་སྤྱི་ཆེན་སྤེལ་དགོས་ལ། རྩོམ་པ་པོ་ཆོས་འབྲེལ་གཞུང་རྩོམ་དགོས།  
དེ་བཞིན་རྒྱུ་ཅུལ་བ་ཆོས་ཀྱང་སྤྱི་ཆེན་དེ་དག་ལེན་སྤྱོད་བྱེད་དགོས་ལ། རྒྱུ་ཅུལ་བ་ཆོས་འབྲེལ་  
རྩོན་གྱི་བྱེད་སྤོར་བརྩོན་དགོས། འདི་ལྟར་བྱས་ན། རྩོམ་རྒྱུ་ཅུལ་སྤོར་དར་  
སྤེལ་གཏོང་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག །ད་ལྟའི་རྒྱུ་ཅུལ་གར་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལས་བཞུགས་ཏེ་གཏམ་བརྗོད་  
རྒྱུ་ཅུལ་སྤོར་ཆོས་ཀས་ལེགས་ལམ་དུ་སྤྱོན་ཏེ། ལྟ་འབྲེལ་རྒྱུ་ཅུལ་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་གསར་  
སྤེལ་བྱེད་བྱེད་པ་ཡིན།

《《ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པ་》》ལ་དོགས་སྤོང་འགའ་ཞིག

ཆབ་བྲག་པོ་ཉ།

ང་ཆོར་རིག་གནས་མོད་ལ་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་ཡོད། འོན་ཀྱང་ང་ཆོས་ལག་ལེན་གསར་པ་བརྒྱུད་དེ་གཞུང་ལུགས་ལ་ཞུ་དག་དང་ཁ་སྤྲོན་བྱེད་ཀྱི་དེ་ཞིབ་འདུག་པ་ཆོའི་འོས་འགན་ཁོ་ན་ཡིན་པ་འདྲ་བཤད་ཅི་དགོས། དེ་བས་རང་གི་སྒྲིམ་ག་གི་མཐོང་ཆོད་དང་སྒྲིགས་ཆོད་ཀྱིས་བསམ་ཚུལ་འདྲ་མིན་སྐྱེང་བཞིན་པར་སྤྲོས་ཀྱང་དགའ་བསུ་ཞུ་འོས། དེ་ལྟ་ན་ཡང་དེ་དེ་བཞིན་ནི་ཞུས་བསམ་ཚུལ་ཆང་མ་ངོས་ལེན་བྱེད་ཐབས་བྲལ་བས། ཕན་ཚུན་ལ་དགག་ཅོད་ཀྱི་རེ་ལ་ཅོད་ཀྱང་མང་ཙམ་བྱེད་དགོས་པ་རིག་པའི་དཔའ་བོ་དག་གི་རང་གཤིས་ཡིན་དགོས། མ་མཐར་ཡང་འདྲ་མཉམ་རིགས་མཐུན་དག་དང་ཉམ་ཉུ་ཁ་ཅོད་རེ་ཀྱག་པའི་སྤྲོ་བས་པ་སྤྲོ་ལ་ཡང་དགོས་པས། བདག་ཀྱང་རིགས་འདི་ལ་གཏོགས་པས་དུས་དཔག་འོང་མའི་ནང་གི་ན་གསངས་ཀྱས་བརྟན་དར་ལགས་ཀྱི་《《ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཀྱི་ཆེར་བཤད་པ་》》ལ་དོགས་སྤོང་འགའ་ཞིག་བྱའོ།

༡༥ ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཞེས་པར་དོགས་སྤོང་།

“...ཆོག་གི་ཀྱ། ཤད་ཀྱི་ཀྱ། ལེའུའི་ཀྱ། བམ་པོའི་ཀྱ། བམ་གངས་ཀྱི་ཀྱ། རྩེ་ཐིག་གི་ཀྱ། གདོང་ཡིག་གམ་སྤྲན་བྱེད་ཀྱི་ཀྱ” ཞེས་པ་སོགས་ཉིད་ཀྱིས་ལུང་འདྲན་གནང་བའི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་

གྱི་གྲངས་འདྲིན་དེ་དག་ཙམ་དུ་མ་ཟད་ད་དུང་མི་འདྲ་བ་དང་ཅད་དེ་མི་མཐུན་པ་འང་ཡོད་དེ། བསྟན་  
དར་རྩ་རམས་པའི་<ཤེས་རབ་སྤྱིང་པོའི་འགྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཉོར་བུའི་འོད་>ལས། “ཁ་ཅིག་གིས།  
སྒྲེགས་ཐག་བདུན་པའི་རྒྱ། སྒྲེགས་ཤིང་པ་ཉེ་བའི་རྒྱ། ཡིག་མགོ་གྲངས་ཀྱི་རྒྱ། གསེར་གདོང་ལཉེ་བའི་  
རྒྱ། བམ་པོ་ལེའུའི་རྒྱ། རྩེ་ཐིག་སྤྲུན་ཁྱེར་གྱི་རྒྱ། དམར་ཤད་ནག་ཤད་ཀྱི་རྒྱ་དང་བདུན་ཟེར་རོ།  
” རྒྱ་སྤྱང་ལས། རྩེ་རགས་བདུན་གྱིས་དམ་པོར་བཅིངས་ནས་མདུད་པའི་གནས་བདུན་ལ་རང་  
གི་མིང་གི་རྒྱ་བདུན་གྱིས་བཏབ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་ནི་ཞེས་ཁ་ཅིག་གིས་འདོད་དོ། ཞེས་བྱུང་ངོ་།  
ཁོ་པོས་བསམ་ཆོད་ལ། རྩེ་མ་བོད་དུ་འགྱུར་པའི་སྒྲེགས་བམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། བརྒྱད་སྟོང་  
འགྲེལ་ཆེན་ལས་བྱུང་བའི་འཕགས་ཡུལ་གྱི་སྒྲེགས་བམ་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རུང་ངམ་སྤྲུལ་ཞིང་མཁས་  
པས་དབྱུད་པར་བྱའོ།” གསུངས་པ་ལྟར་ན་དང་པོ་སྒྲེགས་བམ་དཔར་སྤྲུལ་ཐད་ཀྱི་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་  
ཏེ་བོད་ཀྱི་སྟོལ་དང་། གཉིས་པ་གསང་རྒྱ་ཅན་གྱི་སྒྲེགས་བམ་གང་ཞིག་བཀའ་འཁྲོལ་མེད་པར་གཞན་  
གྱིས་རང་དགར་རྩེ་སྟོག་མི་ཆོག་པའི་རྒྱས་བཏབ་པ་ཅན་ཏེ་རྒྱ་གར་པའི་ལུགས་ཡིན་ལ་གོ་དོན་ཡང་  
གཏན་ནས་མི་འདྲའོ།

སྒྲེགས་ཐག་བདུན་པའི་རྒྱ་ཞེས་པའི་དོན་ནི་རྒྱ་སྤྱང་ལས་གསུངས་པ་དང་གོ་དོན་གཅིག་  
པས་དེ་ནི་རྒྱས་བཏབ་པ་ཞེས་པའི་ངེས་ཆོག་གོ་དོན་ཡང་ཡིན་པས། རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་ཞེས་པའི་གོ་  
དོན་ཐོག་མར་དེ་ལྟ་ཡིན་པ་ཕྱིས་སུ་འགྱུར་བ་སོང་བའོ། ཡང་ན་གསུང་པ་ཞིག་བྱུང་བ་གང་ལྟར་  
མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པ་ཁས་ལེན་འོས། བཀས་བཅད་སྐབས། འགྱུར་གྱི་ཐོག་མར་སྤྱད་གཉིས་ཤན་  
སྤྱར་དང་། འགྱུར་ཐུག་ ཐོག་བུའི་མདུན་ངོས་ཆང་མར་ཡིག་མགོ་འབྲི་བ་དང་། ཡིག་སྟོལ་ཕྱིར་  
མཐའ་ཐིག་འདེབས་པ། གཞུང་ཆད་རགས་མཆོན་གྱི་བམ་པོའི་གྲངས་དང་། འཆོལ་བདེའི་ཕྱིར་  
སྤྲུན་ཁྱེར་རམ་མིང་བྱང་། མཐར་ལོ་པར་གྱི་འགྱུར་བྱང་དང་། ལུས་རྒྱ། རྒྱལ་པོའི་ཐེབ་རྒྱ་བཅས་  
ངེས་པར་དགོས་པའི་གཅིག་མཐུན་གྱི་ཡིག་སྤྱར་ལམ་ལུགས་ཤིག་ཆགས་སོ།

སྒྲིག་སྒྲིལ་དེ་དག་ནི་ཡིག་སྒྱུར་སྐབས་སུ་ཀྱུ་ལ་པོའི་བཀའ་ཀྱང་དང་འབྲེལ་གསར་དུ་གཏན་ལ་  
ཕབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས། ཀྱུས་བཏབ་པའི་གོ་དོན་ལྡན་ན་ཡང་། སྒྱུར་བཏང་གི་ཡིག་མགོ་དང་། ཆོག་  
དང་ཤད། ལེའུ་བཞི་ནི་ཡིག་སྒྱུར་ཁོ་ནའི་སྒྲིག་སྒྲིལ་ཞིག་མིན་པར་ཐོག་མ་ནས་ཡོད་པའི་སྒྲིའི་གཏན་  
སྒྲིལ་ཞིག་ཡིན་པས་དམིགས་བསལ་སྒྲེགས་བམ་གྱི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་ཞེས་པའི་ནང་དུ་བགྲངས་པའི་  
ཆབ་ལ། དབྱའི་རྒྱུད་གཉིས་ཤིན་མཉུར་དང་འགྱུར་ཐུག་མཐུག་གི་འགྱུར་བྱང་བཅས་བགྲང་ན་དགོས་  
པ་ཆེན་ཡང་ཡོངས་གྲགས་ཀྱི་སྒྲི་སྒྲིལ་ལ་འགྱུར་བ་གཏོང་དགོས་དོན་མེད། འོན་ཀྱང་། སྒྲུ་མོའི་  
གསུང་རབ་ཡིག་སྒྱུར་བྱ་བའི་སྒྲིག་གཞི་ཞིག་དེང་གི་གསར་ཚུལ་བྱ་བའམ་ཚུལ་ཡིག་ཆང་མར་བྱུང་  
མཉམ་གྱིས་ལག་བརྟུར་དགོས་པར་སྒྲུང་ན་དེ་ནི་ལེགས་པར་དབྱུད་པའི་གཏམ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན། དེ་  
བས་གསུང་རབ་ཁོ་ན་དཔར་སྐྱེན་སྐབས་སུ་སྒྲིལ་རང་འཇགས་གནང་དགོས་ཟེར་ན་མི་འགྲིགས་པ་  
ཅི་ཡོད།

ཁ༥ བམ་པོ་དང་བམ་གྲངས་ཀྱི་དོགས་སྒྲིང་།

ཉིད་ཀྱིས་“བམ་པོ་ཞེས་པ་ནི་གཞུང་གི་དུམ་བུ་གང་གི་ཆད་ནི་ཤོ་ལོ་ཀ་སུམ་བརྒྱ་ཅན་ཞིག་  
ལ་ཟེར་རོ།” ཞེས་ཐག་བཅད་ཡོད་ཀྱང་། བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆའི་ལུང་སྟེ་ལས། “བམ་པོ་ཆེ་བ་ནི་ཤོ་  
ལོ་ཀ་སྟོང་གི་སུམ་ཆ་བྱས་པ་དང་། རྒྱུང་བ་ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་བརྒྱ་ལ་བྱས་པ་གཉིས་དང་” ཞེས་ཤོ་  
ལོ་ཀ་སུམ་རྒྱ་ལ་གྲུད་ཙམ་ལས་མེད་པའི་བམ་པོ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་སུ་གསུངས་པར་མ་ཟད། བརྟན་  
དར་ལྗ་རམས་པའི་《ཤེས་རབ་སྟོང་པོའི་འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་ནོར་བུའི་འོད་》ལས། “སྒྱུར་བམ་  
པོའི་ཆད་ལ་ངས་པ་མེད་དེ། ཤོ་ལོ་ཀ་སུམ་བརྒྱ་ལ་བམ་པོ་བྱས་པ་འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་ལྟ་བུ་དང་།  
འཇམ་དཔལ་གྱིས་ངེས་པའི་མདོ་ཤོ་ལོ་ཀ་དགུ་བརྒྱ་ལ་བམ་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་དང་། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པ་འགྲོ་བའི་མདོ་ཤོ་ལོ་ཀ་དོན་ལྡན་ལ་བམ་པོ་གསུམ་དུ་བྱས་པ་རྩེ་ཤེས་རབ་སྟོང་པོ་ཡང་ཤོ་ལོ་ཀ་ཉེར་  
ལྗ་ལ་བམ་པོ་གཅིག་ཏུ་བྱས་པ་ཡིན་ནོ།” དེ་རྩེ་ལགས་ན། བམ་པོའི་ཆད་ནི་ཤོ་ལོ་ཀ་འི་གྲངས་

ཆོད་ངེས་ཅན་ཞིག་མིན་པ་མ་ཟད། “གལ་ཏེ་ཆོག་ལྷན་ཡིན་ན་ཤོ་ལོ་ཀ་རེར་རྒྱུ་པ་བཞི་རེ་ཡོད་པ་དང་། རྒྱུ་པ་རེར་ཆོག་འབྲུ་བདུན་རེ་བཅིས་པས་ན་ཆོག་འབྲུ་ཉེར་བརྒྱད་དགོས་ཤིང་། ཤོ་ལོ་ཀ་སྐུམ་བརྒྱུད་ཆོག་འབྲུ་བརྒྱད་སྟོང་བཞི་བརྒྱད་དགོས་པས་ན་བམ་པོ་གཅིག་ལ་ཆོག་འབྲུ་བརྒྱད་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་ཡོད་དོ།” ཟེར་བ་ཁྲུངས་ཡོད་མེད་ཇི་ལྟར་ཡང་། བུ་སྟོན་རིན་པོ་ཆེས། “ལྷན་པ་ཆོག་བར་སྐུམ་བུ་སྐོས་གཉིས་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གོ་གསུངས་པ་ལྟར་ན་ཆོག་རྒྱུ་པ་རེར་ཆོག་བརྒྱད་ཅན་ཡིན། དེ་ཡང་ངེས་པ་མེད་དེ། <<ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོའི་འགྲེལ་བ་དོན་གསལ་ཞོར་བུའི་འོད་>>ལས། “ཡུམ་རྒྱས་པ་ལ་བམ་པོ་སྐུམ་བརྒྱ། ལེའུ་དོན་གཉིས། ཤོ་ལོ་ཀ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱ། ཤད་འབྲུམ། ཆོག་ས་ལ་བཞི་དང་འབྲུམ་ཆོག་གཅིག་” ལྟར་ན། བམ་པོ་རེ་ལ་ཤོ་ལོ་ཀ་ ༡༥༥ ལྷན་དང་། ཤོ་ལོ་ཀ་རེའི་ཆོག་རྒྱུ་པ་རེར་ཉུང་མཐར་ཆོག་ ༡༠ ཅན་ཡིན། ཡང་དེ་ལས། “ཉི་ཁྱིའ་བམ་པོ་དོན་བརྒྱད། ལེའུ་དོན་བརྒྱ། ཤོ་ལོ་ཀ་སྟོང་ཕྲག་ཉི་ཤེས་ ༡༥ ཤད་འབྲུམ། ཆོག་ས་ལ་གཅིག་དང་འབྲུམ་ཆོག་གཅིག་” ཡོད་པ་ལྟར་ན། བམ་པོ་རེར་ཤོ་ལོ་ཀ་ ༡༥༥ ལྷན་དང་། ཤོ་ལོ་ཀ་འི་རྒྱུ་པ་རེར་ཉུང་མཐར་ཆོག་ ༡༡ ཅན་ཞོ། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། “བརྒྱད་སྟོང་པ་ལ་བམ་པོ་ཉི་ཤེས་བརྒྱ་ཅུ་བཞི། ལེའུ་སྐོས་གཉིས། ཤོ་ལོ་ཀ་སྟོང་ཕྲག་བརྒྱད། ཆོག་སྐུམ་འབྲུམ་ཐུ་ཁྱིམ་སྟོང་” ལྟར་ན། བམ་པོ་རེར་ཤོ་ལོ་ཀ་ ༡༡༡ ཅམ་དང་། ཤོ་ལོ་ཀ་རེར་ཡིག་འབྲུ་ ༤༤ དང་རྒྱུ་པ་རེར་ཆོག་ ༡༡ ཅན་ཡིན་ལ། ཤེས་རབ་སྤྱིར་པོ་ཤོ་ལོ་ཀ་ཉེར་ཐུའི་བདག་ཉིད་ཅན་ཡིན་ན། ཉུང་མཐར་ཡིག་འབྲུ་བརྒྱད་བརྒྱ་ནས་མང་མཐར་དགུ་བརྒྱའི་བར་ལས་མེད་པས། ཆོག་རྒྱུ་པ་རེར་ཡང་ཆོག་ཉུང་མཐར་ ༩ ཅན་ནས་མང་མཐར་ ༩ ཅན་ཡིན། དེ་ལྟར་ན། བམ་པོ་སྐོས་པོའི་ཤོ་ལོ་ཀ་འི་གྲངས་ཆོད་མི་འདྲ་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཤོ་ལོ་ཀ་རེའི་ཡིག་འབྲུའི་མང་ཉུང་ཡང་གཅིག་མཐུན་མིན་པས་ “གཞུང་ཆོད་རྟོགས་པ་བམ་པོའི་རྒྱུ་པ་ཤོ་ལོ་ཀ་མི་འབྲུགས་པ་བམ་པོའི་རྒྱུ་” ཞེས་པའི་རྒྱུ་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཞིག་པར་གྱུར་པ་མ་ཟད་ “བམ་པོ་མི་འབྲུགས་པ་བམ་གྲངས་ཀྱི་རྒྱུ་” ཞེས་པའང་དོན་སྤྱིར་མེད་པར་མ་གྱུར་ཏམ།



གཞན་ཡང་། ཉིད་ཀྱིས། “ ༤ གཞུང་ཚད་རྟོགས་པ་བཅ་པོའི་ཀྱ། ༥ བཅ་པོ་མི་  
འབྲགས་པ་བཅ་གངས་ཀྱི་ཀྱ། གོང་གསལ་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་གངས་འདྲེན་རྣམས་སུ་ཡུང་ཁྲུངས་  
ཀྱིས་དཔེན་པོའི་གངས་འདྲེན་རྣམས་ལ་རང་པོས་ནས་བསམ་ཞིབ་ནན་ཏན་གྱིས་ཞལ་གསལ་དུ་བཏང་  
བ་དང་ཁུས་དག་བགྱིས་ཏེ་འདིར་བཀོད་པ་ལགས་སོ།” ཞེས་པའི་ནང་གི་བཅ་པོ་དང་བཅ་གངས་  
གཉིས་སུ་ཕྱེ་བར་དགོས་པ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་སྟེ། བཅ་གངས་མི་འགོད་ན་བཅ་པོས་ཅི་བྱ། བཅ་གངས་  
མི་འགོད་པར་བཅ་པོ་གཅིག་ཕུ་ཞིག་ཀྱང་རི་རྩར་འགོད། བཅ་པོ་ཞེས་པའི་ནང་དུ་བཅ་གངས་འདུས་  
ཡོད་དེ། དཔེར་ན་ལེའུ་ཞེས་པའི་ནང་དུ་ལེའུའི་གངས་འདུས་པ་བཞིན་ནོ། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཅག་རྩར་  
ན་ལེའུ་མི་འབྲགས་པ་ལེའུའི་གངས་ཀྱི་ཀྱ་ཞེས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅི་ལ་མི་མཁོ།

《སྒྲིང་བཟོད་ཆེན་མོ་འཇམ་སྒྲིང་རྒྱན་གཅིག》དུ་འདྲ་། “གཞུང་ཚད་རྟོགས་པ་བཅ་  
པོའི་ཀྱ་བདུན་རྣམས་ཡང་ན་ཡིག་མགོའི་ཀྱ་མེད་པར་བཅ་པོ་མི་འཆོལ་བ་བཅ་གངས་ཀྱི་ཀྱ་ཞེས་བདུན་  
དང་།” ཞེས་ཡིག་མགོའི་ཀྱ་དང་བཅ་གངས་ཀྱི་ཀྱ་གཉིས་ཀྱི་གང་རུང་ཞིག་མ་བཅས་ཀྱང་ཆོག་པའི་  
དགོངས་ཚུལ་འདུག་ན་ཡང་ཐག་གཅོད་གནང་མ་ཐུབ་པ་ཅི་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ།

“ཡང་བཅ་པོ་ལེའུའི་མགོར་དང་ལེའུ་གཞུང་གི་ལེ་ཆོན་རྟོགས་མཆོམས་སུ་ཡོད་པ་བྱང་ས་  
ན་ཞིན་ཏུ་གསལ་ལོ།” ཟེར། དེ་རྩར་ན་ལེའུ་ཆོང་མའི་མགོར་བཅ་པོ་ཞེས་བྲིས་པ་ཡིན་ནམ། བཅ་  
པོ་དང་ལེའུ་ཡང་དོན་གཅིག་ཏུ་ཐལ་བ་མ་ཡིན་ནམ། འདི་ནི་ཕལ་ཆེར་ཆོག་གི་ཞིབ་ཆ་མ་ཐོན་པའི་  
སྒྲིན་ནོ།

གཤམ་ ཆོག་གི་ཀྱ་ལ་དོགས་སྒྲིང་།

མཁས་པ་གཞན་དག་གིས། ཆོག་བྲིས་པས་ཡིག་འབྲུ་ཕན་ཚུན་མ་འདྲེས་པར་གསལ་ཐུབ་  
པ་ཡིན་པས་ “ཆོག་འབྲུ་མི་འཆོལ་བ་ཆོག་གི་ཀྱ” ཞེས་པ་དང་། དེ་རྩར་གསལ་བས་ཆོག་དོན་ཡང་



ང་། ཤད་གྱི་དོགས་སྒྲིང་།

ཉིད་ཀྱིས། “གཅོད་མཆོམས་མི་འབྲུགས་པ་ཤད་གྱི་ཀྱ”ཞེས་ཟེར་ཡང་། ཤད་བརྒྱབ་པ་  
དེ་གཅོད་མཆོམས་ཞིག་ཡིན་པས་བྱང་ཀྱང་གཅོད་མཆོམས་ཆོང་མར་ཤད་རྒྱག་དགོས་པའི་ངེས་པ་མེད་  
ལ། གལ་ཏེ་ཤད་མ་བརྒྱབ་པས་གཅོད་མཆོམས་འབྲུགས་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་གཅོད་མཆོམས་ཡོད་  
ཆོད་ཤད་ཀྱིས་ཕྱེ་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། དེ་བས་མཁས་པ་གཞན་ཆོས། “ཆོག་རྒྱུ་མི་འབྲུག་པ་ཤད་  
གྱི་ཀྱ” ཞེས་པ་དོན་ལ་གནས་ཏེ། ཆོག་རྒྱུ་ཡིན་ན་ངེས་པར་ཆོགས་བཅད་གྱི་རྒྱུ་པ་ཡིན་མི་དགོས་  
པས་སོ། ཡང་ན་འདིས་ཆོགས་བཅད་གྱི་ཆོག་རྒྱུ་གསལ་ཕྱིར་ཉིས་ཤད་བརྒྱན་པའི་ཤུགས་ནས་ཆོག་  
རྒྱག་ལ་ཆོག་ཤད་འཐོབ་པ་གོ་དགོས་སོ། གཞན་དུ་ན། བཞི་ཤད་ཀྱང་འདིའི་ཁོངས་སུ་བསྟུ་དགོས་  
པས་གསུམ་ཆ་ལ་བྱབ་པའི་སྡོམ་ཆོག་ཅིག་འཛོག་དཀའ་ལོ།

ཡང་ཉིད་ཀྱིས། ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་ཤད་གྱི་ཀྱའི་ནང་གསེས་སུ་གསུམ་ཤད་དང་། རིན་  
ཆེན་སྤངས་ཤད། སྤུལ་ཤད། དང་ཀྱོག་བཅས་ཀྱང་བགྲངས་པ་ནི་འདོད་དཀའ་ལ། རྒྱག་པར་དང་  
ཀྱོག་ཤད་གྱི་རིགས་སུ་བགྲངས་པ་ནི་བྱུགས་མཉམ་མ་བཞག་པའི་སྒྲིན་ཡང་མིན་ནམ། གཞན་དུ་ན།  
“གོང་གསལ་རྣམས་ནི་ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་དག་ཆོས་སྤྱི་མི་ཞིག་ནས་གསུང་  
རབ་དཔར་སྒྲིན་ལག་ལེན་དུ་མཁོ་བར་གཟིགས་ཏེ་”ཞེས་སྒྲིས་མ་ཐག་ཏུ། “བོད་ཡིག་འབྲི་སྐབས་  
ཀྱི་རིམ་པ་བདུན་གྱི་རྩོད་དུ་ཉེར་མཁོ་ཡང་མི་ཅུང་བཞིག་ཕྱིས་སུ་བརྒྱན་ཡོད་པ་ལས་འགའ་ཞིག་འདིར་  
ཅུང་ཟད་མྱོང་བར་བྱ། གཅིག་ དབུ་བྱུང་། འདི་ཕལ་ཆེར་བརྒྱན་པ་སྤྱིར་ཤུ་དཔར་གྱི་དུས་སུ་ཡོངས་གྲགས་  
སུ་འབྲི་སྤྱི་ལ་མེད་པར་སྤང་” ཞེས་སྤྱི་འགལ་བར་ཅི་ལྟར་སྤྱ།

གསུམ་ཤད་ཅེས་པ་འང་མི་འཐད་དེ། གལ་ཏེ། ལེའུ་བརྒྱུ་གོ། ། རྩ་བུ་ལ་གསུམ་ཤད་  
ཟེར་ན། ཀྱུ་ཀྱིས་འདི་དོན་རྟོགས་གྱུར་ཅིག །རྩ་བུ་ཆོག་ཤད་དེ། ཀ་ག་ཤ་ཡི་རྒྱུ་པས་ཤད་གོ་ཆོད་  
ཀྱང་ཤད་ལ་མི་བརྩེ་ཟེར་དགོས་པར་ཐལ། ཡང་གཅིག་བཤད་ན། ཆོག་ཤད་དང་། ཉིས་ཤད། བཞི་

ཤད་གསུམ་ནི་ག་ག་ཤག་གསུམ་གང་རུང་ཅན་མ་ཡིན་པའི་ཆོག་མཆོམས་དུ་མར་འདུག་ཡུལ་མང་བས་རང་  
ཀྱི་འཕེར་བའི་ཤད་ཡིན་ལ། བྱེད་ཅག་གི་གསུམ་ཤད་ཅེས་པ་ནི་ག་ག་ཤག་གསུམ་ཅན་མ་ཡིན་པ་གང་དུང་  
འབྲི་སྲོལ་མེད་པས་ལོགས་སུ་བགྱངས་པ་ནི་མིང་ཅིམ་ལས་ཅི། དེ་བས་ག་ག་ཤག་གསུམ་མཐར་ཉིས་ཤད་  
སྐབས་ཆོག་ཤད་དང་། བཞི་ཤད་སྐབས་གསུམ་ཤད་ཀྱིས་འབྲས་པ་ནི་སྐབས་བདེར་བཏང་བ་ཅིམ་ལས་  
ཤད་དེ་མིགས་བསལ་བ་ལོགས་སུ་འབྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ག་ལ་ཡིན།

ཡང་། «མྱེང་བ་རྫོང་ཆེན་མོ་འཇམ་མེད་ཀྱི་ཅན་གཅིག་»ནང་། རིན་ཆེན་སྤྱངས་  
ཤད་དེ་འཕོད་ཤད་ཡིན་པའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ། རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་གྲུབ་ཀྱི་འདུལ་བའི་སྤྱང་འབྲུམ་  
དུ། ལྟོ། རྒྱལ་པོ། ཞེས་སོགས་མང་ཚུལ་བཀོད་ཅིང་། དེ་ཡང་རྣམ་དཔྱེ་བ་བྱེད་པ་ཕོད་  
པའི་རྣམ་དཔྱེའི་མཐར་སྒྱུར་བ་ལེགས་སྒྱུར་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་པ་ལ། ཉིད་ཀྱིས་  
དེ་སྤྱོན་མཁས་པར་གྲགས་པ་ཀུན་གྱི་ཞལ་ལས་མ་ཐོན་པའི་ལེགས་བཤད་འབྲུལ་མེད་དོ་ཞེས་བརྟན་  
པའང་སྤྱང་བྲགས་མེད་དམ་སྟེ་སྟེ། སྤྱང་ཆ་མཐོ་སྒྲོབ་ཁང་ནས་དཔར་དུ་བསྐྱུན་པའི་འདུལ་བའི་  
སྤྱང་འབྲུམ་དེ་བ་གཟུགས་མའི་ནང་དུ་ཡོངས་གྲགས་སྟར་ལས། ལྟོ། རྒྱལ་པོ། ཞེས་པ་ཞིག་  
རྟོན་མ་སོང་། གལ་ཏེ་དཔེ་ཆ་སྒྲིང་མའི་དཔར་རྟོན་ནང་དེ་སྟར་ཡོད་དེས་ཆོ་སྒྱུར་བཅོས་བཏང་  
འདུག སྤྱང་ཡིན་ན་དེ་ནི་སྤྱང་བཅོས་གཏོང་ཡང་མེ་འོས་ལ་མི་རྣམས་པ་ཞིག་ཀྱང་ཅིས་མིན། དེ་  
བས་ཉིད་ཀྱིས་ཞིབ་འདུག་གནང་ཆུ་གལ་ཆེད།

གལ་ཏེ་དཔེ་རྟོན་ནང་དེ་སྟར་ཡོད་པ་བདེན་ན་ཡང་ད་དུང་བཟླ་བར་བྱ་བ་འདི་ཡོད་  
དེ། ཐོག་མར་རིན་ཆེན་སྤྱངས་ཤད་དེ་དུས་རྣམ་ཅིམ་ཞིག་ནས་བྱུང་བ་ཅན་ཆོད་དགོས། གལ་  
ཏེ་འདུལ་བའི་སྤྱང་འབྲུམ་མཇུག་པའི་སྐབས་དེ་ཅིམ་ཞིག་ནས་འཕོད་ཤད་དེ་དར་སྲོལ་བྱུང་  
བ་ཡིན་ན། རྗེས་མ་རྗེས་མས་ནོར་བ་ཡིན་སྲིད་ཀྱང་། འདུལ་བའི་སྤྱང་འབྲུམ་མ་བཅུམས་  
པའི་སྤྱོན་གྱི་བཞུན་བཅོས་རྣམས་སུ་ཐིག་མགོར་གཅོད་མཆོམས་ཡི་གེ་གཅིག་ཅན་བྱུང་བའི་  
རྗེས་སུ་བྲིས་པ་ཅིམ་ལས་འཕོད་ཤད་དུ་བཀོལ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་ན་འདུལ་བའི་སྤྱང་འབྲུམ་

ནང་དུ་བཀོལ་བ་དེ་ཉིད་ནོར་བའམ་ཡང་ན་བསམ་བཞིན་གོ་དོན་གསར་བ་ཞིག་མཆོན་ཕྱིར་  
སྤྱད་པ་ཡིན་ངེས། གང་ལྟར་ཡང་། ཐིག་མགོར་ཡི་གེ་གཅིག་བྱུང་བ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱེད་པ་  
ལས་འཕོད་ཤད་དུ་བཤད་ན་དགོས་པ་དང་རྒྱ་མཚན་འདུག་པས་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ཀྱང་མི་འགྲིགས་  
པ་ཅི་ཡོད་སྟུང་། གལ་ཏེ་འདི་ཉིད་ཐོག་མའི་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་གྱི་ཤད་རྒྱུ་ཁོངས་སུ་ཡོད་ངེས་  
ན་ལོ་ཙཱ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ནོར་བའི་སྐབས་མི་སྲིད་དེ་རྒྱ་རིམ་པ་བདུན་པོ་ཡིག་སྐྱར་གྱི་ཙཱ་བྲིམས་  
ལྟ་བུ་ཡིན་པས་སོ། དེ་བཞིན་སྐུལ་ཤད་ཀྱང་ཐོག་མའི་ཤད་རྒྱུ་ནང་དུ་ཡོད་མེད་དཔུང་དགོས་  
སོ།།

ཅ། ཡིག་མགོའི་རྒྱ་ལ་དོགས་སྒྲིང་།

《ཐོང་བཟླ་དེ་ཆེན་མོ་འཇམ་གླིང་རྒྱན་གཅིག་》ལས། “རྒྱལ་མདུན་མི་འཛོལ་བ་ཡིག་  
མགོའི་རྒྱ” ཞེས་དང་། ཉིད་ཀྱིས། “དང་ཀྲོག་ནི་རྒྱལ་མདུན་མི་འབྲུགས་པ་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་འབྲི་  
བ་ཞིང་དང་ཀྲོག་གང་དུ་ཡོད་པ་དེ་ནི་མདུན་ངོས་དང་གང་དུ་དང་ཀྲོག་མེད་པ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་ངོས་ཡིན་པ་  
ཤེས་ཕྱིར་འབྲི་བ་ཡིན།” ཞེས་པར་རྒྱ་མཚན་ཁྲུངས་ལུང་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་། དང་ཀྲོག་མེད་ཀྱང་ཤོག་  
བྱའི་རྒྱལ་མདུན་ནོར་བའི་སྐབས་མེད་དེ། སྤར་སྤྱོད་དཔེ་ཆའི་མདུན་ངོས་ལ་ཤོག་གངས་ཀྱི་གངས་  
འགོད་ཀྱང་རྒྱལ་ངོས་ལ་མི་འགོད་པས་དང་། གལ་ཏེ་བཀོད་ཀྱང་ཤོག་ངོས་ཀྱི་ཡང་གངས་ཉུང་བ་གང་  
དེ་མདུན་ངོས་དང་མང་བ་དེ་ཉིད་རྒྱལ་ངོས་ཡིན་དགོས་པ་སྤུས་ཀྱང་ཤེས་པས་སོ། དེས་ན་ཤོག་བྱའི་  
མདུན་ངོས་ཁོ་ན་ཆོན་པའི་ཆེད་དུ་དང་ཀྲོག་འབྲི་བར་ཐག་བཅད་ན་མི་འོས་སྟུང་། ཤོག་གངས་མི་འབྲུགས་  
པ་ཡང་གངས་ཀྱི་རྒྱ་ཟེར་བ་ཞིག་སྤུས་ཀྱང་མ་བཤད་ཀྱང་དོན་དངོས་སུ་འདི་མེད་ན་དང་ཀྲོག་གཅིག་  
། ལུས་ཅི་ལ་ཤམ། བདག་གིས་ནི་དེ་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གྲུ་བཙུང་དང་རིན་ཐང་ཆེ་བ་མཆོན་པའི་  
དོན་ཡང་ལུན་པར་སྟུང་མོ།།

ཆ། གདོང་ཡིག་གི་ཀྱིའི་དོགས་སྒྲིང་།

“སྒྲིགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་གདོང་ཡིག་གམ་སྤྱན་འཁྱེར་གྱི་ཀྱི་སྒྲིགས་བམ་དཔེ་རས་ཀྱིས་  
དཀྱིས་ཤིང་སྒྲིང་འོག་མ་འབྲུགས་པ།” ཞེས་པའང་མཆར་མཆར་ཏེ། སྒྲིགས་བམ་དཔེ་རས་ནང་  
བསྐྱེལ་བ་ནི་སྤྱིར་བཏང་ཅ་ལག་ཅིག་བསྐྱེལ་བ་དང་མི་འདྲ་བར་གཅིག་གྱུར་གྱི་བསྐྱེལ་ཚུལ་སྒྲིག་སྟེན་  
ཡོད་པས་སྒྲིང་འོག་ཇི་ལྟར་འབྲུགས། དེ་ལས་མཆོད་ཁྲིའི་ནང་སྒྲིག་དུས་ཡིག་གི་དབྱེ་པར་སྟོན་ཚུར་  
སྟོན་གང་ཡིན་ནོར་ཡང་སྤྲོད། གདོང་ཡིག་མེད་ན་དཔེ་ཆ་འཛོལ་དཀའ་ལ་གདོང་ཡིག་ཡོད་ན་སྒྲིགས་  
བམ་གང་དགོས་འཛོལ་བ་དེ་བས་སྒྲིགས་བམ་མི་འབྲུགས་པ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲིག་པ་པོས་སྒྲིགས་བམ་གང་  
དག་མི་ནོར་བར་འཛོལ་བ་དེ་བའི་དོན་ནོ།།

ང། ཆེ་མགོའི་དོགས་སྒྲིང་།

“འདི་ཐང་ལ་གུས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་ཁོར་ཆེ་མགོ་  
འབྲི་རྒྱ་དང་དེ་ལས་གཞན་པའི་སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པ་སྤྱི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཆེ་མགོ་མི་འབྲི་བའི་ཕྱག་ལེན་  
ཞིག་བྱུང་ན་ཤིན་ཏུ་འོས་པས་གཅིག་མཚུངས་ཤིག་བཟོ་བྱུང་པར་རེ། རྒྱ་མཚན་ནི་སྤྱི་ནོར་ཡགོང་  
ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་ནི་པོད་ཀྱི་ཆོས་སྤྲོད་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་འབྲིད་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་འདི་ལྟར་བྲིས་  
པར་འབྲེལ་བ་གད་བྱས་ཆོག་”ཅེས་པ་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་གི་བསམ་ཚུལ་ཞིག་འོས་ཡིན་མོད། དེ་  
ལྟར་ན་པོད་ཀྱི་བདེ་སྤྱོད་པའི་ཐུན་མོང་སྟེན་རྒྱུན་མཆོན་ཏུགས་ཤིག་ཁྱབ་ཆུང་དུ་བཏང་བ་ཙམ་དུ་མ་  
ཟད་དེ་སྤྱིར་ཆེ་བཞིན་ཐོབ་དང་འཐོབ་འོས་ཀྱི་ཡ་སྐབས་མགོན་དང་། ཡ་སྐབས་ཇེ། ཡ་མགོན་པོ། ཡ་ཇེ་  
བཅུན་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་གུས་མེད་དང་ལྷག་པར་དེ་དག་གི་ཇེས་འཇུག་པ་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཕྱག་ཐུག་  
འབྲིངས་ཀྱི་ཉེས་འགན་སྤྲུས་འཁུར།

ཡ་སྐབས་མགོན་སོགས་ཀྱི་ཆེ་མགོའི་མཆོན་དོན་ནི་འཕགས་ནོར་བདུན་ལྟན་ཞེས་པར་འཐད་  
ན་ཡང་། ཡགོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཞེས་པའི་ཆེ་མགོ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། གོང་ས་སྟེ་གོང་མའམ་

ཀྱལ་པོའི་ཁྲི་སར་བཞགས་པའི་ཆ་ནས་ཀྱལ་སྤྱི་སྡོང་པའི་ཡུན་ཚོགས་མཐུན་ཀྱིན་ཀྱལ་སྤྱི་དྲུག་  
གྱི་དཔལ་དང་ལྡན་པ་མཚོན་པར་གོན་བསྐྱོས་སྦྱོན་མེད་པའི་ཁར་མཚོན་དོན་ཡང་དམིགས་བསལ་འོས་  
བབ་ལྡན་ནི། དེ་བས་ཡགོང་ས་ཞེས་པའི་ཆེ་བརྗོད་ཐོབ་ས་ཏ་ཅང་ཉུང་སྟེ། རྩོན་གྱི་དུས་སུ་གར་སྐལ་  
ལྡན་ཀྱི་མཚོ་ཆང་ལ་གོང་ས་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཞེས་དང་། ཡགོང་ས་ཚོས་ཀྱི་ཀྱལ་པོ། ཡགོང་ས་  
མཚོག་ཅེས་ཆེ་བརྗོད་བྱེད་པའང་ཁོང་ཆང་རེ་བ་གོང་གི་ཚོས་སྤྱི་ལུགས་གཉིས་ཀྱི་བདག་པོར་བཀྱུར་  
བའི་ཆ་ནས་ཡིན་སྟེ། ད་ལྟ་ཡགོང་ས་ཞེས་པ་འདི་ཀྱལ་བ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་གཞན་སུ་ལའང་འོས་བབ་མེད་  
ཟེར་ན་འགལ་བཅིལ་མེད་ལ། ལྷག་པར་ཡགོང་ས་ཡརྒྱལ་མཁོན་ཞེས་ཆེ་མགོ་ཉིས་ལྡན་གྱི་གུས་ལུགས་  
འདིས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མཚོན་པས་མ་འཇུས་པ་ཅང་མེད་སྟེ་མོ།།

༩༥ ཤད་ཀྱི་ཀྱལ་ས་བཞལ་བའི་མཚན་གཞིར་དོགས་སྡོང་།

“...ནམ་དཔྱིད་ཀྱིས་ཐོངས་པའམ་ཡང་ན་དགོས་མེད་ཀྱི་དྲན་པ་ཤིན་ཏུ་སྦྱོན་པའི་རྒྱུ་གྱིས་  
ཀྱི་འདི་དང་བཞལ་བ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མཐོང་ཡུལ་དུ་སྣང་། འདི་ནི་གསར་བཤད་དང་ལེགས་བཤད་  
གཅིག་ཏུ་འབྱུང་བའི་ཉེར་ལེན་ཁོ་ན་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བར་སེམས་སོ། །དེས་ན་ཚུ་མ་ཡོང་གོང་ནས་  
རགས་དང་། རྒྱུ་མ་ཡོང་གོང་ནས་སྒྲིག་པའི་དཔེ་བཞིན་ད་ལྟ་འདི་རིགས་རྒྱུན་འབྱམས་མ་ཆགས་  
གོང་ནས་སུན་འབྱེན་གནད་དུ་འཁེལ་བ་ཞིག་བྱེད་མ་ཐུབ་ན་འབྱུང་འགྱུར་རི་ལུག་པ་ཐག་པས་མི་འདུམ་  
པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་འགྱུར་ངེས། དེར་བརྟེན་འདིར་མཚན་གཞི་དང་བཅས་བཤད་ན། ...”  
ཞེས་རི་བོང་གནམ་ཐིབ་ཀྱི་སེམས་ཁྲལ་ཆེན་པོ་ཞིག་གིས་ཐོག་དངས་ཏེ་ཐོག་མདའ་ཅི་འདྲ་ཞིག་འཕེན་  
ནམ་སྟེ་པ་ན། སུན་འབྱེན་གནད་དུ་འཁེལ་བ་ཕར་ཞོག་ སྦྱོན་རགས་པ་ཙམ་ཞིག་ཀྱང་སྡོང་རྒྱས་  
ཐོངས་ཏེ་ཐད་ཀར་ཤད་ཀྱི་ཀྱལ་ས་བཞལ་བའི་མཚན་གཞི་འགའ་ཙམ་བཞག་པ་དེ་ནི། འབྲུག་ངར་སྐད་  
ཆེ་བའི་ཆོད་ཀྱིས་ཆར་འབབ་ཀྱི་མ་བྱུང་བའི་དཔེ་རྩ་གྱུར་འདུག་གོ།

ཉིད་ཀྱིས་དཔེ་མཆོན་དུ་བཀོད་པའི་ནང་། “བྱེ་བྱག་ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མཐར་ཉིས་ཤད་  
འབྲེད་གོས་པ་དེ་མཁས་སྐྱེན་ཀྱན་ལ་རྩུང་རྩར་བྱགས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་གིས། ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་  
པ་བཞི་པ་ཁོ་ནར་ཉིས་ཤད་ལས་རྒྱུ་པ་དང་པོ་གསུམ་ལ་ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པ་དང་། ཡང་  
འགའ་ཞིག་གིས་ཆོགས་བཅད་ཐ་མའི་རྒྱུ་པ་ཐ་མ་ལས་ཆོགས་བཅད་གོང་མའི་ཆོགས་རྒྱུ་པ་ཆང་མར་  
ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པ་དང་། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས། ཆོགས་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་པ་ཆང་མར་  
ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པ་ནམས་ནི་ཤད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་བཞུག་པའི་མཆོན་གཞི་ཡིན་ནོ།” ཟེར་བ་  
བདེན་ཏེ། འདི་ཆང་མ་དང་ཅག་ཚུ་མ་སྒྲིག་པས་ཆེད་དུ་བཟོས་པ་གཞན་གྱི་ནས་ཉིས་ཤད་ཅི་ཞིག་  
ཡོད་ཀྱང་དེ་ཅག་གི་མགོར་དང་བས་ལེན་པར་བྱའོ།

བདག་ཅག་གིས་ཡིག་སྐྱོལ་གྱི་བྲིམས་རྒྱ་ལས་བཞུག་ནས་བསམ་བཞིན་ཉིས་པ་མ་ཡིན་པའི་  
ཉིས་མེད་ཞིག་ཁྱུང་བར་རྫོང་འགྲོད་གང་ཡང་མེད། བྲིམས་སྐྱོལ་དེ་དག་སྐབས་དེས་ཅན་ཞིག་ལ་དགོས་  
དབང་གིས་བཟོས་པ་ཡིན་པས་སྐབས་གང་ཞིག་ལ་མི་མགོ་པའི་དུས་སུ་འང་ང་ཆོས་དེ་དག་འདོར་འོས་  
ལ་ཡང་ན་བསྐྱར་དགོས། འདི་ནི་དུས་དང་མཐུན་པའི་བཅོས་སྒྱུར་ཞིག་གི་རྫོན་འགྲོར་ཡང་བཅི་ཆོག་  
ཆོས་ཐོག་མའི་ཡིག་རྒྱུད་ནམས་སུ། བཅད་རྩལ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པར་ཆོག་ཤད་ཁོ་ན་ཅན་དང་།  
གཉིས་ཀ་ཅན་ཅི་རིགས་པ་བྲིས་ཡོད། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ཆོགས་བཅད་མཐའ་ལ་ཉིས་ཤད་ཐོབ་  
དགོས་པའི་བྲིམས་ཡིག་ཅིག་བཟོས་པ་ནས་ཆང་མས་བཅི་སྒྱུང་གནང་ཡོད། དགོས་པ་ནི་ཆོགས་བཅད་  
ཡིན་པ་མཆོན་ཕྱིར་ཟེར་ཡང་། རོན་དངོས་སུ་ཆོགས་བཅད་ཡིན་མིན་ནི་ལྟ་རྟོག་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་  
ཐུབ་པས་དེ་འདྲའི་གལ་ཆེན་ཞིག་ཅི་ལ་ཡིན། ཡང་དབུ་མེད་སྐབས་སུ་ཆོགས་བཅད་ལ་འང་ཆོག་ཤད་  
ཅན་དང་། ལྷག་མ་ལ་མཐུག་པར་ཤད་གཅིག་ཀྱང་མི་འབྱ། དེ་ཅི་འདྲི་ཕྱིར་བྲིམས་ལས་མ་བཞུག་པ་  
ཡིན་ནམ་ཞེ་ན། དབུ་མེད་ནི་སྐབས་བདེ་དང་མཛེས་རིས་ཀྱི་ཡིག་ཡིན་པས་ཤད་ཀྱང་སྐབས་བདེ་  
རུ་དང་མང་ན་མི་མཛེས་པས་དོར་ཅེས་བཤད་འོས་པ་འདྲ། གང་རྩར་ཆོག་རྒྱུ་མི་འབྱུགས་པ་ལ་  
ཆོག་ཤད་ཀྱིས་མ་འཐུས་པ་ཡང་ཅི་ཞིག་ ལྷག་པར་དུས་རབས་འདིར་ང་ཆོད་དཔེ་སྐྱེན་གྱི་ལག་ཅུལ་



ལྷན་དུ་མས་ཡར་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་མཉམ་དུ། ང་ཆོས་འདོར་འོས་པ་དང་ལེན་འོས་པ་ཡང་མང་  
ཅུ་ཡོད་ངེས། དཔེར་ན། ཆོགས་བཅད་ནམས་ཀྱང་སྤར་དང་མི་འདྲ་བར་ཆོག་ཀྱང་རེ་རེ་ཕྱེང་  
འཕེབ་བྱས་ནས་བསྐྱེགས་དུས། ཆོགས་བཅད་ཡིན་པ་ཟུར་ཅུ་མ་མཐོང་བས་ཀྱང་ཤེས་ཐུབ། དེས་  
ན་ཉིས་ཤད་ཀྱི་ཐོག་མའི་དགོས་པ་ལྷག་པར་ཞན་པར་གྱུར་པས་མེད་ཀྱང་ཅི་ལ་གཞིད། འོན་ཀྱང་ཤད་  
འདྲིར་རྩོམ་ལུས་དང་འབྲེལ་ཆེ་མཛེས་ཀྱན་གྱི་བྱུང་ཆོས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད་པར་མཐོང་བས། དེ་ཡང་དགོས་  
པ་ཞིག་ཅིས་མིན། དགོས་པ་དེ་དང་མཉམ་དུ་ཉིས་ཤད་ཅིག་གིས་གྲོལ་བའི་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཆར་  
བལམ། (བདག་གི་སྙན་ཆོག་པད་དཀར་ཆོས་ཕྱི་ཆོགས་བཅད་རེ་རེ་ནི་གྲོལ་བའི་ཆོགས་བཅད་འབའ་  
ཞིག་ཡིན་པས་ཆོགས་བཅད་གོང་འོག་གཅིག་གཅིག་ལ་སྒྲིམ་མི་དགོས་པའི་པད་དཀར་ཀྱང་རེ་རེ་དང་  
འདྲའོ) ཡང་ན་ཆོགས་བཅད་རྩོམ་ཡིག་ཆ་ཆང་ཞིག་རྫོགས་པའི་དོན་ཡང་བསྟན་པས་ན། བདག་  
གི་ཉིས་ཤད་ལ་ད་དུང་དགོས་དོན་ལྷག་མ་ཞིག་ཡོད་པར་གྱུར་པ་མ་ཡིན་ནམ། (ཆོགས་བཅད་ཀྱི་  
ཀྱང་པ་ཆང་མར་ཆོག་ཤད་ཀྱིས་ཆོག་པར་བྱས་པ་ཟེར་བ་དེ་ནི་རྩོམ་ཡིག་དེ་གཅིག་ཕྱི་མཐའི་ཤད་  
གཅིག་ཆད་པ་ལས་གཞན་དག་ཆང་མ་གཅིག་པ་ཡིན།) དེ་བཞིན་དུ། བདག་གིས་ཆོག་ལྷག་རྩོམ་  
ཡིག་གི་མཛད་གསུམ། དོན་ཆེན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཆར་བའི་རྗེས་སུ་འདྲེན་ཉིས་ཤད་འབྲི་བཞིན་པ་འདིས་  
རྫོགས་པའི་དོན་སྟོན་པ་ལགས་སོ། གཞན་ཡང་གོ་སྐྱབས་སྐབས་དོན་ཅུ་ཀྱི་རྫོགས་ཆོག་མཐའ་ལ་  
ཉིས་ཤད་ཟེར་བ་ཡང་དགོས་པ་མེད་དེ། རྫོགས་ཆོག་རང་གིས་རྫོགས་པའི་དོན་མཚོན་པས་སོ། ལེ་འུའི་  
མཚམས་སུ་བཞི་ཤད་ཅེས་པ་འདྲེན་པ་འདྲ། ཡིན་ན་ཡང་རྫོགས་ཆོག་དང་ས་བཅད་མ་བཞོད་  
པར་ཐད་ཀར་ཉིས་ཤད་དང་བཞི་ཤད་བྲིས་པར་དགོས་པ་ཡོད་དོ།

བདག་གིས་ལྟ་རྒྱུ་ལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བཟུང་ནས་ཤད་རྒྱག་སྤངས་གསར་བའི་ལམ་བུ་ཞིག་འཛོལ་  
བཞིན་པར་ད་དུང་ཡང་ཁྱེད་སྤྱང་ལུང་རྒྱ་མཚན་གང་ཡང་མི་འདུག་སྟུང་ན། <སྤྱང་བརྗོད་ཆེན་མོ་འཇམ་  
སྤྱང་རྒྱན་གཅིག>ལས། “དེ་ཡང་ལེགས་སྤྱར་ལ་ཆོག་རྒྱག་གཅིད་མཚམས་སུ་ཤད་རེ་དང་། ཆོགས་  
བཅད་ཐུང་དུ་ཡིན་ན་ཀྱང་པ་དང་པོ་གི་ཉིས་མཉམ་དུ་བྲིས་ནས་ཤད་གཅིག་དང་། ཡང་ཆོགས་བཅད་

རིང་པོ་ཡིན་ན་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་པོ་གསུམ་གྱི་མཐར་ཤད་གཅིག་རེ་བྲིས་པ་དང་། རྒྱུ་ཡིན་པ་བཞི་པའི་མཐར་ཤད་གཅིས་བྲིས་པ་ཡིན། དེར་བརྟེན་ལེགས་སྤྱོད་ཆོག་པ་བཅད་ལ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཐ་མའི་མཐར་ཤད་གཅིས་རེ་དགོས་ཟེར་བ་དང་པོ་ད་རྒྱུ་ཡིན་པ་བྱུང་བའམ་དམིགས་བསལ་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེ་རེའི་མཐར་ཤད་གཅིས་རེ་བྲིས་པ་ཡིན།” གསུངས་པ་འདིས་བྱེད་ཅག་ལ་བསམ་གཞིགས་གསལ་བ་བཞི་གཉིས་སྟོ་མེ་ཅིས་ཀྱང་འབྱེད་པའི་རེ་བ་ཆེན་པོ། གཞན་ཡང་ཉིད་ཀྱིས། ཤད་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བཟུལ་ཚུལ་ལ་ད་ཅང་མ་འདོད་པའི་སྒྲིན་བཞིན་དང་བཅས། “ཆོག་མཛོད་ཆེན་མོ་དེར། གཏམ་སྒྲུབ་བ་ གཏམ་རྒྱུད་ སྟོགས་བཞོད་ཡོད་པས་” ཞེས་མཚན་གཞི་ཅམ་བཞོད་པ་དེ་དང་དེ་འདྲའི་རིགས་ནི། ཡལ་ཆེར་རང་མོས་སྒྲིན་དང་གསལ་ནམས་ཀྱི་འབྲེ་སྟོན་ལེགས་ཏུ་གྱུར་ནས་བོད་ཕྱི་ནང་གཉི་གས་དར་ཅིང་བྱུང་ནས་རིང་ཅམ་ཡིན་པས། ད་ནི་ཆུ་མ་ཡོང་གོང་ནས་རྒྱས་ཀྱི་དུས་ལས་འདས་ཏེ་རི་ལྷག་པ་ཐག་པས་མི་འདུམ་པའི་སྐབས་ལགས་པ་འདྲ་མཐུན་པར་མཛོད་ཅིག །

སྐྱེས་པ། བྲིམས་དང་ལྷགས་སྟོན་གནས་མིན་དགོས་མཁོར་ཐུག  
དགོས་མཁོ་ཡོད་མེད་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱིས་བཞ།  
རྟོང་ཞེན་གསར་དགའ་མ་ཡིན་གཟུ་པོའི་སྒྲོས།  
བྱང་པོར་ད་ཕྱོད་པ་མཁས་པའི་ཆད་ཐིག་གཅིག །  
རྟོང་པ་རྟོང་པའི་སྟོན་དུ་བཞག་ཀྱང་འཆོངས།  
རྟོང་པས་གསར་ཆབ་བྱེད་དགོས་ཅི་ཡང་མེད།  
གསར་པས་གསར་སྟོན་བཟང་པོ་བཏོད་ཀྱང་འཆོངས།  
གསར་པས་རྟོང་པར་བཅོས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ཡོད།།

( རྩོམ་ཡིག་འདིའི་ཤད་ཀྱི་འགྲོ་ལྷགས་རྩོམ་པ་པོའི་ཞེ་འདོད་ལྟར་བཞོད་པ་ལས། དུས་དེབ་འདིའི་རྩོམ་ཡིག་སྤྱིའི་འགྲོ་ལྷགས་ལྟར་བཞོད་མེད་པས་ཐུགས་སྤྲོད་མཛོད། རྩོམ་སྒྲིག་པས། )

༡༡། སྒྲིམ་མེ་ལོང་རྒྱུ་འཛིན་བྱེད་སྤྱི་གསུང་པའི་དོན་སྤྱིང་དང་བྱ་ཐབས་  
སྤྱིང་བ།

སྤྱི་ཆོག་སྤྱི་ཆོག་གསུང་།

ཐོག་མའི་སྤྱི་བཤད།

སྒྲིམ་མེ་ལོང་ནི། རྒྱ་གར་གྱི་སྒྲིམ་མེ་མཁན་དབྱུག་པ་ཅན་གྱིས་སྤྱི་བཤད་དེའི་སྤྱི་  
ཅོམ་གྱི་གཞུང་གསུང་ཅན་དག་ལ་ཞིབ་དཔྱད་ཐོག་ཏུ་དུ་མ་གསུང་གི་ཚུལ་དུ་སྤྱི་གསུང་མཛད་  
པ་ཞིག་རེད།

སྤྱི་བཤད་ཅན་དབྱུག་པ་ཅན་ནི་སྤྱི་བཤད་ཅན་སྤྱི་བཤད་དུ་སྤྱི་བཤད་ཅན་ཅན་དུ་བྱོན་  
ཞིང་། ཁོང་གིས་སྒྲིམ་མེ་ལོང་ལས་གཞན་གཞིན་ཏུ་བཅུ་འཇུག་པ་བྱ་བའི་ཆོག་སྤྱི་གསུང་  
གི་སྤྱི་བཤད་དང་། དེ་སྤྱི་གསུང་བྱ་བའི་སྤྱི་གསུང་གི་བསྒྲིམ་མེ་ལོང་སྤྱི་བཤད་  
པ་བྱ་བ་ལེན་པའི་ཅན་ཞིག་བཅས་མཛད་པར་གསུང་པ་ལས་སྒྲིམ་མེ་ལོང་ནི་དེ་ལྟའི་བར་  
རིན་ཐང་ཉམས་མེད་དུ་གནས་པའི་ཁོང་གི་བསྒྲིམ་མེ་ལོང་གཞིན་ཏུ་ཡོད། འདི་ཉིད་རྒྱུ་ལོང་  
པུ་ལ་ཀེ་པ་བྱ་བའི་སྤྱི་གསུང་གི་སྤྱི་བཤད་དུ་བྱིས་པར་གསུང་བྱུང་། དགོས་པ་གཞིན་ཏུ་ཅོམ་  
མིན་པ་ནི་གཞུང་འདིའི་ནང་དོན་དང་འཕྲིན་ལས་ཐོག་ནས་ལམ་ཅམ་དཔྱག་ཐུབ།

ཆབ་སྲིད་ཐོག་གཅིག་གྱུར་མེད་པའི་བོད་སེལ་བྱའི་སྐབས་སུ་འང་ཆོས་ལུགས་མི་སྣ་  
མང་པོས་རང་འགྲུལ་ངང་ཆོས་དང་ཤེས་རིག་སྤྱད་ལེན་དང་དར་སྤེལ་བྱས་པས་བོད་ཀྱི་རིག་  
གནས་སྤྱི་དང་ཚུམ་རིག་ལག་ལེན་ཡང་འཕེལ་རྒྱས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཏུ་སོན་ཡོད། འབྲོམ་སྟོན་  
པའི་ཨོ་བཟོན་དང་། མི་ལའི་གསུང་མགྱུར། ས་སྐྱའི་ལེགས་བཤད་ལྟ་བུའི་གྲགས་ཚུམ་དག་  
ཀྱང་དུས་སྐབས་དེའི་བརྩམས་འབྲས་ཡིན། འོན་ཀྱང་དུས་དེའི་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གི་རྒྱ་ཁྲུལ་  
གནས་བབ་ནི། ཇི་སྐད་དུ། འདི་ན་གྲོང་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་། རང་དགར་རྐང་པ་བཅད་པ་ལ།  
།སྟན་ངག་མཁན་དུ་འཛིན་པ་རྣམས། །ཀྱེ་མ་འབྲུལ་པའི་མཆང་རེ་ཆེ། །ཞེས་པ་ལྟར། བསྐྱར་  
ཚུམ་རྒྱ་གར་མའི་ཚུམ་འགྲོས་ལ་དཔེ་སྟོན་ལད་སྟོས་དང་། སྤྱིག་བཀོད་ཞན་ཞིང་མཆོན་ཐབས་  
སྐབས་བདེ་ཡིན་པའི་རང་མོས་འབོལ་ཚུམ་ལྟ་བུའི་ཆུ་ཆད་ལས་བཀལ་བྱབ་ཀྱི་མེད་སྐབས། ཚུམ་  
རིག་གི་ལག་ལེན་དངོས་ལ་མཐུབ་བྲིད་ཀྱི་རྒྱས་པ་འདོན་སྤྱོད་པའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཁ་ཆད་གོས་  
གཏུགས་སུ་གྱུར་པར་བརྟེན། ཆོས་རྗེ་ས་པའ་གྱིས་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ལས་ཉེར་མཁོ་བོར་བུ་  
བསྐྱར་ཏེ་གནད་འགྲེལ་མདོར་བསྐྱས་དང་བཅས་མཁས་པ་འདུག་སྟེ་བུ་བའི་བསྟན་བཅོས་ནང་  
བཀོད། དེ་ནི་སྟན་གཞུང་འདི་བོད་ལ་ངོ་སྟོན་བྱས་པ་ཐོག་མ་ཡིན། དེ་རྗེས་འགྲོ་མགོན་འཕགས་  
པས་ཞལ་བཀོད་གནང་དོན་ལྟར་གོང་ལོ་ནི་རྗེ་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་སྤེལ་ ༡༩༥༥ ལོར་པའ་ཏེ་  
ད་ལ་ཁྲིམ་ཀ་རའི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ཏེ་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ལེའུ་གསུམ་ག་བསྐྱར་ཞུས་ཀྱིས་གཏན་  
ལ་ལབ་ནས་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་མཇད་རྗེས་སྐབས་ཆེན་བཞག་གོ།

དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད། དཔང་ལོ་ཆེན་པོ་ནས་བཟུང་རིམ་བྱོན་མཁས་པས་འགྱུར་བཅོས་དང་  
མཐའ་དབྱེད་གནང་སྟེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་སྤྱོད་པའི་  
གཞུང་ལུགས་རྣམ་དག་ཅིག་ཏུ་བསྐྱར་པ་དང་ཆབས་ཅིག་། དཀོངས་འགྲེལ་རྒྱས་བསྐྱས་ཅི་རིགས་  
བརྩམས་ཏེ་འཆད་ཉན་གྱི་སྟོལ་བཏོད་པས་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་པ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་མཐར་ཡང་གཞུང་  
དེའི་ལེའུ་གཉིས་པའི་རྒྱན་སྟོར་ཆུལ་ལ་དཔེར་བརྗོད་གསར་འཛུགས་ཅིག་བྱེད་པའི་རྒྱན་སྟོལ་དར་

ནས་གཞུང་དེ་པོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་གི་ཅ་བའི་གཞུང་ལུགས་སུ་གཏན་ཆགས་པར་གྱུར།

དེ་ལྟར་སྒྲུབ་ངག་མེ་ལོང་པོད་དུ་དར་སྤེལ་བྱུང་བ་དེས་པོད་ཀྱི་ཚྭ་རིག་གི་བརྗོད་  
བྱ་དང་སྒྲུ་ཅལ་མཆོན་ཐབས་ཐད་ཤུགས་རྒྱུན་ནམ་འཕེལ་རྒྱས་གསར་བ་བྱུང་ཞིང་། ལུས་གཟུབ་  
ནན་ལ་རྒྱན་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པས་སྤྱད་པའི་སྒྲུབ་ཆོག་གི་ཚྭ་ལུས་སོགས་འབྲུབ་པར་བྱེད་རྒྱས་  
གལ་ཆེན་ཐོན་ཡོད།

ས་བཅད་དང་པོ། སྒྲུབ་ངག་མེ་ལོང་རྒྱུན་འཛིན་བྱེད་རིགས་པའི་དོན་རྒྱུང་བཤད་པ།

རིག་གནས་གང་ཞིག་གི་འཕེལ་རྒྱས་ནི་རིག་གནས་དེའི་བྱུང་ཁྱབ་སོ་སོའི་གསར་  
གཏོང་ཀྱི་ཆུ་ཆད་ལ་རྩེས་ཤིང་། གསར་གཏོང་ཅེས་པའང་རྒྱུན་འཛིན་གྱི་མང་གཞི་ངེས་ཅན་  
ཞིག་ལ་བརྟེན་ཡོད་པས་དེ་དག་ཕན་ཚུན་གྱི་འབྲེལ་བ་ནི་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན། པོད་  
ཀྱི་རྒྱུན་སྤོལ་ཚྭ་རིག་གམ་གསར་དར་ཚྭ་རིག་གང་ཡིན་ཡང་ཐོགས་རྒྱུང་མེད་པར་འཕེལ་  
རྒྱས་སུ་གཏོང་རྒྱ་ནི་དགོས་ངེས་ཤིག་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པར་ཚྭ་གཞུང་སྒྲུབ་ངག་མེ་ལོང་  
རྒྱུན་འཛིན་བྱ་བྱུ་དང་ཡང་ཁ་འབྲེལ་ཐབས་མེད།

གཅིག གསར་ཚྭ་ལ་འཇུག་པའི་མཇུག་ཁྲིད་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པས་རྒྱུན་འཛིན་  
བྱེད་རིགས་པ།

སྒྲུབ་ངག་མེ་ལོང་གི་དབྱར་སྤྱ་དང་སྒྲུབ་ངག་གི་གལ་འགངས་རྫོང་ཤོ་ལོ་ཀ་བརྒྱད་ཀྱིས་  
བརྟན་ཅིང་། དེ་ལས་སྒྲུབ་ངག་གསར་ཚྭ་གྱི་དགོས་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལུགས་སྤེ་ཆེན་པོ་  
བཞིའི་རྒྱུན་ཡོན་གྲང་དོར་ལ་མེ་ཆོངས་པར་བྱེད་པ་དང་། ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་འབྲེལ་  
བའི་གྲགས་པ་དུས་རིང་དུ་གནས་པ། ཡིད་ལ་དགའ་བ་དེའི་འདོད་པ་འཇོ་བ་བཅས་གསུངས་

པ་ལྟར། བོད་ཀྱི་རྒྱན་སྲོལ་ལ་འདྲ་ཕྱིན་པའི་ལས་ལ་མཐོང་གིན་དུ་ཆེན་པོ་བྱེད་དེ། རི་རྒྱད་  
དུ། གང་ཕྱིར་མཁའ་པའི་ལས་གསུམ་ལས། རྩོད་འཆད་ངག་ལ་མ་ངེས་པ། བྲིད་ཕྱིར་མི་  
འཁྱལ་ཕྱིན་པ་ཡིན། བྲིས་དང་། རྩོད་ཁྲ་པས། རིགས་ལམ་རྣམ་པར་བྱེད་པའི་རྣམ་དཔྱད་  
དང་། གཞུང་ལུགས་གདམས་པར་གར་བའི་ཉམས་ལེན་དང་། ཆོག་སྦྱར་ཚུལ་ལ་མཁའ་  
པའི་ངག་གི་དཔལ། སྤྱི་ལོ་འདི་ན་རིན་ཆེན་རྣམ་གསུམ་སྣང་། བྲིས་དང་། ཨ་ལག་  
གས། རྩོད་ལ་མཁའ་ཀྱང་ཕྱིན་ཚུལ་མི་ཤེས་ན། སྤྱི་བརྒྱ་སྤུལ་ནས་སྦྱས་ཀྱང་སྦྱགས་པ་ཡིན།  
བྲིས་གསུངས་པས་མཆོན་ནོ།

བོད་ཀྱི་ཕྱི་ཆོག་འབྲེལ་གྱི་འདུག་པའི་བྲིད་སྟོན་གྱི་ཙ་བའི་གཞུང་ལུགས་ནི་རྣམ་  
ངག་མེ་ལོང་ཡིན་ཞིང་། གཞུང་དེ་བོད་ཀྱི་ཕྱི་ཆོག་འབྲེལ་ལག་ལེན་ལས་སྤྱོད་པ་བྲིས་ཀྱིས་  
པ་ཞིག་མིན་ཡང་། བོད་ཀྱི་ཕྱི་ཆོག་འབྲེལ་ལག་ལེན་དངོས་དང་ཕན་ཚུན་མཐུན་སྦྱོར་གང་ལེགས་  
ཡོད་པར་བརྟེན་གཞུང་དེ་ལས་གཞན་ཞིག་བོད་ཀྱི་མཁའ་པ་ཆོས་སྒྲིག་ཕྱི་ཆོག་མ་མཛད་པ་ལོས་  
ཡིན། རྣམ་ངག་མེ་ལོང་དུ་ཕྱི་ཆོག་གི་ནང་དོན་འབྲེ་ཚུལ་དང་ཆོག་སྦྱར་སྤུལ་ཚུལ་པ་ཞིགས་  
གཞུང་དེ་ཕྱི་ཆོག་འབྲེལ་གཞུང་ཞིག་དུ་སྦྱབ་བྱེད་གང་མང་གིས་རྩོམ་གས་ཀྱང་འདིར་སྐབས་དོན་  
གསལ་ཕྱིར་མཆོན་ཅམ་སྦྱ་ན།

༡༥ རྣམ་ངག་མེ་ལོང་དུ་རྣམ་ཆོག་གསར་ཕྱི་ཆོག་སྦྱར་བརྟན་ཡོད། ལྷ་ཙལ་ཕྱི་ཆོག་  
རིག་གི་ཕྱི་ཆོག་ལུས་བྱེ་བྲག་ཅིག་ཡིན་པའི་སྐབས་འདིའི་རྣམ་ངག་གསར་ཕྱི་ཆོག་ཆོག་ནི། གན་འ་  
བོའི་དམངས་སྤྱོད་ལས་རིམ་པར་འཕེལ་བྱས་བྱུང་ཞིང་། རྣམ་ངག་མེ་ལོང་དར་ཚུན་དེ་  
བས་ལུས་ངེས་གཏན་ལ་རྒྱ་འཛོམ་པོས་སྤྱད་པའི་གཟབ་ནན་གྱི་ཕྱི་ཆོག་ལུས་ཤིག་དུ་གྱུར་ཏེ་ད་  
ལྟའི་ཆར་མེ་ལོང་ལུགས་ཀྱི་རྣམ་ངག་གསར་ཕྱི་ཆོག་རྣམ་ངག་དུ་འབོད་དོ། །རྣམ་ཆོག་གི་  
ཕྱི་ཆོག་ལུས་དེའི་གཞི་ཅིའི་བྱེད་ཆོས་ལ་རྣམ་ངག་པ་འདུ་སྐལ་བཟང་གིས། དབྱངས་ཀྱི་འདེགས་  
འཛོག་གསལ་བའི་ལུས་ལ་ཡུན་སྤུམ་ཆོག་པའི་རྒྱ་གྱིས་སྦྱས་ཤིང་། སྤྱི་ཆོག་འཛོམ་སྤྱིང་།

བསྐྱུས་སུ་སྤྱོད་ཏུ་བྱས་པའི་ཚོར་འདུ་ཤུགས་དག་པའི་ཚོམ་རིག་གི་ནམ་པ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་  
 ཞེས་བྱུང་ཆོས་ཀྱི་ཐུན་ཞིག་ཏུ་བཤད་པ་ལྟར་དང་། བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ལག་ལེན་  
 ལྟར་ན་སྒྲུབ་ཆོག་གི་ཆོག་ལུས་ནི་ཆོགས་བཅད་འབའ་ཞིག་གིས་བྱུང་བའི་སྒྲུབ་ཆུལ་གནས་ཡོད།  
 སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་དུ་བཅད་ལྟར་སྤེལ་མའི་ལུས་དང་། དང་འཁྱོག་གི་ཀྱན་སྦྱོར་ཆུལ། སྤྱོད་  
 གི་སྦྱོར་བཅས་དངོས་ཤུགས་ཅི་རིགས་སུ་བསྐྱུས་པ་ནི་སྒྲུབ་དག་འབྲེལ་ཚོམ་བྱེད་སྤྱད་ཡིན་  
 ལ། བྱེད་བྱ་ཏུ་ཆོགས་བཅད་སྒྲུབ་དག་སྦྱོར་ཆུལ་ཐད། སྤྱོད་བ་དང་ནི་རིགས་དང་མཛོད།  
 །འདུས་པ་ཞེས་བྱ་དེ་འདྲ་ཡི། །ཆོགས་བཅད་ཀྱི་ཆེ་སྐྱེས་བཅེངས། །ཆ་ཤས་རང་བཞིན་  
 སྦྱར་མ་བཛོད། །ཅེས་བཛོད་བྱ་གཅིག་གསུང་མའི་ནམ་གངས་དང་། བོ་ལོ་ཀ་དང་བྱ་ཆོག་  
 གི་མང་ཉུང་། གཅོད་མཆོམས་ཀྱི་བྱུང་པར་བཅས་ལས་སྤྱོད་བ་དང་། རིགས། མཛོད། འདུས་  
 པ་སྤྱོད་བཞི་བསྐྱེད་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་ “ཆོགས་སུ་བཅད་པའི་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་དག་ཆེན་  
 རོ་སྐྱེས་བཅེངས་པའི་བསྐྱེད་བཅོས་དག་གི་ཁར་ལས་ཤུགས་ཀྱིས་ཐོན་པར་འགྱུར་བའི་སྦྱར་  
 དེའི་ཆ་ཤས་ཅམ་ཡིན་གྱི་ལོགས་སུ་ཤེས་པ་འཕམ་སྒྲོན་པར་བྱ་དགོས་པ་མ་ཡིན་པས་འདིར་མ་  
 བཛོད་”<sup>༡</sup> པ་སྤྱོད་ཅུ་བར་ལོགས་སུ་དཔེར་བཛོད་བཞག་མེད་ཀྱང་སྒྲུབ་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་དཀྱུས་  
 རྒྱར་བོད་ལུགས་ཀྱི་དཔེར་བཛོད་གསར་སྒྲུབ་མཛོད་ཡོད། སྤྱོད་བ་སོགས་སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་  
 འགྱུབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱར་གསུངས་པས་འོན་ཏེ་སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་གང་འདྲ་ཞིག་ལ་གོ་དགོས་ཞེ་  
 ན། སྒྲུབ་དག་ཆེན་པོ་ནི་སྦྱར་ལེའུ་གཅིག་མིན་གྱིས་བཅེངས་པའི་སྒྲུབ་དག་གི་བསྐྱེད་བཅོས་  
 ལ་བྱ་ཞིང་། སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་དུ་དེའི་འབྲེལ་ཆུལ་ཅུང་གསལ་ཞིབ་ཅིག་བསྐྱེད་ཡོད་དེ། ཚོམ་  
 མགོ་འཛིན་ཆུལ་གྱི་སྤྱོད་འབྲེལ་སྦྱོར་ཤེས་བཛོད་དང་། ཕྱག་བྱ་བ། དངོས་པོ་ངེས་བསྐྱེད་  
 གསུམ་དང་། བཛོད་བྱ་འཕམ་རྟེན་གཞིར་སྤྱོད་བྱུང་གི་གཏམ་དང་སྤྱོད་བཞི་སོགས་དང་བྱེད་བྱ་  
 ཏུ་གྱོང་བྱེད་སོགས་བརྒྱ་བདུན། མཐུག་སྤྱད་བྱེད་ཆུལ་ལ་གཞུང་དངོས་ལས་ཆོག་གི་སྤེལ་  
 སྦྱོར་ཐ་དད་པར་བྱེད་པ། རྒྱས་བསྐྱུས་ཀྱི་མཐར་མ་རྒྱུང་ཞིང་ཉམས་འགྱུར་གྱི་རོ་དང་བཅས་

པར་ཚུམ་ཚུལ་གསལ་ཡོད། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིལ་པ་བཟང་པོ་ནི། སྒྲིལ་པ་དམ་པའི་ཀྱན་ལྗན་  
ནི། །བསྐལ་པའི་བར་དུ་གནས་པར་འགྱུར། །ཞེས་པ་ལྟར་རོ།།

༡༥ དེ་བཞིན་སྒྲིལ་པ་མེ་ལོང་དུ་ཚུམ་རིག་གི་མི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བ་ཀྱན་འབྲེ་ཚུལ་ཅུང་  
འབྲས་ཆང་ཞིག་བསྟན་ཡོད། མི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་བ་ཀྱན་སྒྲིལ་བཞེངས་བྱེད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་གསལ་  
ཚུམ་སྒྲིལ་དང་ལྟག་པར་དུ་བཅུ་མས་སྒྲིལ་པ་མཚོན་ན་ཆེས་གཞི་རྩར་གྱུར་པའི་དགོས་ངེས་ཀྱི་ཆ་  
ཀྱན་དེ་ཡིན་པས་སྒྲིལ་གཞུང་འདིར་མི་སྒྲིལ་གཟུགས་བསྟན་དང་དག་སྒྲིལ་སྟོན་མེད་ཞེས་ཞིབ་འབྲི་  
བྱེད་ཚུལ་གསལ་བར་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལྟན་ཡོད་སྟེ། དཔེར་ན། དངོས་པོ་ནམས་ཀྱི་རང་  
བཞིན་དང་། །གནས་སྐབས་སྒྲིལ་ཆོག་དངོས་གསལ་བྱེད། །ཅེས་དང་། ཉམས་ལྡན་ཡིད་  
འོང་ཉམས་དང་ལྟན། །ཞེས་དངོས་པོའི་གནས་ལུགས་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་སྒྲིལ་འདོགས་དང་སྒྲིལ་  
འདེབས་སྒྲིལ་ནས་དྲང་བོར་བཞེད་པའི་ངོས་ནས་རང་བཞིན་བཞེད་པའི་ཀྱན་ཞེས་བྱ་བ་དང་།  
ནང་སེམས་ཀྱི་དག་འཕྲོ་ཆགས་སྒྲིལ་དྲག་དུ་ཁོལ་བའི་འགྱུར་བ་ཕྱིའི་ལུས་དག་གི་གཟུགས་སམ་  
ནམ་འགྱུར་དུ་གསལ་བ་ཉམས་ལྡན་གྱི་ཀྱན་གཉིས་ཀྱིས་མི་སྒྲིལ་ཕྱིའི་གཟུགས་རིས་བཀོད་འབྲི་  
བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། ཡང་། དགག་པ་བཞེད་པ་འགོག་པ་སྟེ། །ཞེས་དགག་བྱའི་ཡུལ་མཛའ་  
བོ་ས་ཆ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུར་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་མ་མི་མིན་མེད་སྟེ། །སྟེ་དགག་སྒྲིལ་དང་དངོས་  
ཀྱི་དོད་མཚུངས་པའི་དགག་ཆོག་ཅི་རིགས་བཞེད་པ་འགོག་པའི་ཀྱན་ནི་ཚུམ་རིག་གི་མི་སྒྲིལ་  
སྒྲིལ་ཆའམ་དག་སྒྲིལ་ཞིབ་འབྲི་བྱེད་ཚུལ་ལ་གཏོགས་ཡོད་དེ། དབང་གིས་འགོག་པར། མཛའ་  
བོ་འགྲོ་བའི་ཀྱན་ནམས་བཤད་དེ་དབང་ལུགས་ཀྱི་དག་གིས་འགྲོ་བར་མི་སྒྲིལ་བ་ལྟ་བུ་དང་། མ་  
གུས་པས་འགོག་པར། བདག་ནི་བྱོད་དང་འགྲོགས་ནས་གསོན་རེའི་བསམ་པ་སྒྲིལ་དང་ལྟན་  
གྱི་ནོར་སྒྲིལ་པའི་བསམ་པ་སྒྲིལ་ལྟན་མིན་ཞེས་མཛའ་བོ་ས་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་ལ་མི་འདོད་པའི་  
བསམ་ཚུལ་དངོས་སུ་བཞེད་པ་དང་། རུབ་མོས་འགོག་པར། བྱོད་ས་ཆ་གཞན་དུ་འགྲོ་བ་  
བདེན་ན་བྱོད་ཀྱིས་དག་འཕྲོ་མ་གཞན་འག་འཕྲོ་ཆོལ་ཅིག །བདག་ནི་བྱོད་དང་བྲལ་གདུང་གིས་









སྒྲིལ་མེད་ལྷགས་སུ་སྒྱུར་པའི་ཚུམ་རིག་གི་དཀའ་བར་འཛིན་པ་ནི་རང་གིས་སྒྲིལ་ངག་མེ་ལོང་གི་  
གཞུང་ཕྱི་དང་དེའི་རྒྱན་གྱི་མཆོན་ཐབས་ལ་ཁྱོད་རྒྱུས་མེད་པའི་དྲགས་ཡིན་ན། དེའི་ལྷགས་ཆ་  
རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རྒྱུ་ནི་སྒྲིལ་བྲལ་ལོ།

དེ་བས་སྒྲིལ་ངག་མེ་ལོང་མ་ཤེས་ན་སྒྲིལ་རྒྱན་ཚུམ་རིག་གི་སྒྱུ་རྩལ་རང་བཞིན་ལ་སྒྲིལ་  
ཞིབ་བྱེད་མི་ཐུབ་ཅིང་། སྒྲིལ་རྒྱན་ཚུམ་རིག་རྒྱན་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་ཆེ་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་  
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་པའི་མང་གཞི་མེད་གཞིས་སྒྲིལ་ངག་མེ་ལོང་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རིགས་པའི་དོན་  
སྤྱིང་ལྡན་པར་གྱུ་བོ། །

གསུམ། ཚུམ་རིག་དཔུང་བཞེད་ཀྱི་ཆོད་གཞིའི་གཞུང་ལྷགས་ཤིག་ཡིན་པས་རྒྱན་འཛིན་  
བྱེད་རིགས་པ།

ཚུམ་རིག་དཔུང་བཞེད་ཅེས་པ་ནི། ཚུམ་རིག་གི་བརྒན་བཅོས་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་  
ཚུམ་རིག་གི་མ་གཞག་གམ་སྒྲིང་ཚུལ་མཐའ་དག་ལ་གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཅེས་ཅན་ཞིག་གཞིར་  
བཟུང་སྟེ་དག་སྒྲིལ་དཔྱེད་སྒྲིང་བྱེད་པའི་བྱ་འགུལ་ཞིག་ཡིན། དང་མེས་ས་དང་ཡང་དག་པའི་  
ཆོད་གཞིའི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཚུམ་རིག་དཔུང་བཞེད་བྱས་པ་དེས། ཚུམ་པ་པོའི་གསར་ཚུམ་གྱི་འབྲས་  
བུར་དག་འདོན་སྒྲིལ་སེལ་བྱས་ཏེ་གསར་ཚུམ་གྱི་བྱ་གཞག་རྒྱན་མ་ཆད་པར་མཐོར་འདེགས་  
ཡོང་རྒྱུར་སྒྱུལ་འདེད་དང་། སྒྲིག་པ་པོར་བརྩམས་ཆོས་གང་ཞིག་གི་བཞེད་བྱའི་བསམ་སྒྲིང་  
སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ཡོངས་སྟོན་ཤེས་རྟོགས་རོ་ཁྱོད་བྱེད་པར་རམ་འདེགས། གསར་ཚུམ་གྱི་ཉམས་སྒྲིང་  
ཉམས་དུས་ཐོག་ཏུ་སྒྲིགས་བརྩོམས་བྱས་ཏེ་ཚུམ་རིག་གཞུང་ལྷགས་འཇུགས་སྟེལ་ལ་རྒྱ་ཆ་མཁོ་  
འདོན་བཅས་ཀྱི་རྒྱས་པ་ཐོན་པས་ན། ཚུམ་རིག་དཔུང་བཞེད་ནི་རིག་རྩལ་ལས་ཀ་བྱིལ་པོའི་  
ཁྱོད་ཀྱི་ཆེས་གལ་ཆེ་བའི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད།

ཚུམ་རིག་དཔུང་བཞེད་ནི་དེ་ལྟ་བུའི་དགོས་མཁོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་རུང་། བོད་ལ་

མཚོན་ན་མིག་སྒར་གསར་དུ་དར་བཞིན་པའི་རིག་ཚན་ཞིག་ཡིན། སྔོན་ཆད་ཚོམ་རིག་དཔུང་  
བཅོད་ཀྱི་ཆད་གཞིའི་གཞུང་ལུགས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་  
ཀྱི་ལག་ལེན་སྒྲུབ་ཚུལ་ཡང་གང་ཅམ་ཡོད་སྲིད་ཀྱང་། ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་  
མ་ལག་ཆད་བ་ཞིག་དང་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་ལག་ལེན་གྱི་སྒྲུབ་བ་གོམ་གང་མདུན་སྔོས་བྱས་པ་ནི་  
བོད་ལ་དུས་རབས་ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་བརྒྱད་ཅུ་པའི་ནང་ཚོམ་རིག་གསར་པའི་དབུ་བརྟེས་  
པ་དང་ཉ་ལམ་དུས་མཉམ་དུ་བྱུང་བའི་དེ་ཡང་ཆུ་ནག་སོགས་མི་རིགས་གཞན་གྱི་ཚོམ་རིག་  
གསར་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ཤན་སྟོབས་ཆེན་པོར་ཞུགས་པར་མངོན། ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་  
ལ་བརྟེན་ནས་ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་བྱུང་བ་དང་། ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་ཀྱིས་སྒར་ཡང་ཚོམ་  
རིག་གསར་ཚོམ་སྐྱུལ་འདེད་གཏོང་བས་ན། ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་དང་ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་  
གཉིས་ནི་ཚོམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་བྱ་གཞན་གྲོལ་གཅིག་ལ་གཅིག་བརྟེན་ཡིན་ཞིང་། གཉིས་  
ཀ་འབྲས་ཤོར་མེད་པར་དམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་། བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་  
ཀྱི་མིག་སྒྲུབ་དོན་དངོས་ལྟར་ན། ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་ཀྱི་ཆུ་ཆད་དེ་ཚོམ་རིག་གསར་ཚོམ་གྱི་  
རྗེས་སུ་ལུས་ཡོད། ང་ཆོས་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་དེ་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་ངེས་  
པར་དུ་གཞན་དོན་དེ་ཐག་གཅོད་བྱ་དགོས་ལ། གཞན་དུ་ན་བོད་ཀྱི་ཚོམ་རིག་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་  
རྒྱ་ཞིས་པའང་ཁ་གཡང་ཅམ་དུ་འགྱུར་ངེས།

ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་ཀྱང་དཔུང་བཅོད་པས་གང་དུན་དུན་མིན་པར་བརྩམས་ཆོས་  
གང་ཞིག་གི་སྤྱི་ཆད་བཟང་ངན་དང་སྒྱུ་རྩལ་ལེགས་ཉེས་དཔྱེ་འཔྱེད་བྱེད་པར་གཞི་འཛིན་སའི་  
ཆད་གཞི་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་དགོས་ཤིང་། སྤྱིའི་ཆ་ནས་བཤད་ན་བསམ་སྒྲིལ་ཆད་གཞི་དང་  
སྒྱུ་རྩལ་གྱི་ཆད་གཞི་གཉིས་སུ་དཔྱེ་སྤྱི་ཡིན། འོ་ན་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་ཚོམ་རིག་དཔུང་བཅོད་  
ཀྱི་ཆད་གཞིའི་གཞུང་ལུགས་ཤིག་ཡིན་པའི་གཏན་ཆོག་སམ་སྒྲུབ་བྱེད་གང་ཡོད་ཅི་ན། གཞུང་  
དེར། མཁས་པས་ཡང་དག་རབ་སྦྱར་བའི། །ངག་ནི་ངག་གི་འདོད་འཛོར་བཤད། །དེ་ཉིད་

ཉེས་པར་སྒྱར་ན་སྒྱར། སྦྱོར་པོ་བ་ཡང་ཉིད་བཟོད་བྱེད། རེ་སྦྱིར་སྟན་ངག་དག་ལ་སྦྱོན།  
ཁྱུང་བར་གྱུར་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ལྟར། བཏང་སྟོམས་མི་བྱ་ལུས་མཛེས་ཀྱང་། སྦྱོན་གཅིག་གིས་  
ནི་སྒྲུལ་ངན་འགྱུར། སྦྱོ་པོ་བསྟན་བཅོས་མི་ཤེས་པས། ཡོན་ཏན་སྦྱོན་དག་ཇི་ལྟར་དེ།  
ཁག་ཟུགས་ཀྱི་དཔྱེ་བ་དམིགས་པའི་སྐབས། ཡོང་བ་དག་ལ་ཡོད་དམ་ཅི། ཞེས་མདོར་བསྟན་  
ནས། བྱེ་བྲག་དུ། རོན་ཉམས་དོན་འགལ་དོན་གཅིག་པ། བེ་ཆོམ་ཅན་དང་རིམ་པ་ཉམས།  
ཁྱ་ཉམས་གཅོད་མཆོམས་ཉམས་པ་དང་། སྦྱེབ་སྦྱོར་ཉམས་དང་མཆོམས་སྦྱོར་བྲལ། ཡུལ་  
དུས་སྦྱ་ཅུལ་འཛིག་ཉེན་དང་། ཡུང་རིགས་དག་དང་འགལ་བ་སྟེ། སྦྱོན་བཅུ་དེ་དག་སྟན་  
ངག་ལ། ཉུན་ངག་མཁན་གྱིས་སྤང་བར་བྱ། ཞེས་སྦྱོན་བཅུ་ཉི་མུ་བཞག་ཞར་བྱང་དམིགས་  
བསལ་དང་བཅས་བསྟན་པ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསར་ཚོམ་བྱེད་པའམ་གཞན་གྱི་བཅུམས་ཆོས་  
ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་གང་གི་སྐབས་སུའང་“སྦྱོན་དང་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་སྦྱེ་ཡང་འབྲུལ་  
མེད་དུ་ཉོགས་པར་བྱེད་ ཆད་མའི་སྤང་ཆ་བྱ་སྟན་ངག་གི་རིག་པ་སྦྱོན་གྱི་སྦྱོབ་དཔོན་དེ་  
འི་འོ་མཆོ་ལས་འཛོན་པ་” ཞེས་འབྱུང་བཞིན་སྦྱོན་ཡོན་བསྐྱར་བའི་ཆད་ཐིག་ཉག་གཅིག་  
ཡིན། གཤམ་དུ་སྟན་ངག་མེ་ཡོང་དུ་བསྟན་པའི་ཚོམ་རིག་དཔུད་བཟོད་ཀྱི་ཆད་གཞི་སྟེ་སྦྱོན་  
སེལ་གྱི་ཚུལ་རོབ་ཅམ་རོ་སྦྱོད་བྱེད་ན།

དེ་ལ་སྟན་ངག་མེ་ཡོང་དུ་བསྟན་པའི་སྦྱོན་བཅུ་ཉི་མུ་ཚུལ་ཡང་ཚུར་བསྐྱར་ན་བཟོད་བྱ་དོན་  
གྱི་སྦྱོནས་སྦྱོན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཇོད་བྱེད་དམ་ནམ་པའི་སྦྱོནས་སྦྱོན་དུ་གྱུར་པ་གཉིས་སུ་བསྐྱར་  
བྱུང་། བཟོད་བྱ་དོན་གྱི་སྦྱོནས་སྦྱོན་དུ་གྱུར་པ་ཡང་།

༡༥ རོན་ཉམས་པའམ་དོན་བྲལ་བའི་སྦྱོན། ངག་སྦྱོར་གང་ཞིག་དུ་ཇོད་བྱེད་ཀྱི་  
ཆོག་མང་པོ་ལྟན་ཅིག་དུ་འདུས་པའམ་ཆོགས་པ་དག་གིས་སོ་སོའི་ཐད་ཀར་རང་རང་གི་དོན་  
ཡུ་མོ་རེ་སྟོན་དུ་ཟིན་ཀྱང་། སྦྱ་སྦྱི་ཀུན་ལྟན་དུ་འབྲེལ་ཆེ་སྦྱིའི་ཆ་ནས་བཟོད་བྱའི་དོན་འདི་ཞེས་

སྒྲིམ་མེ་རྒྱུན་འཛིན་པ་ཞིག་ལ་བྱ། དེ་ཡང་སྒྲིམ་པ་དང་བཟེ་བོ་སོགས་རང་བཞིན་ནལ་དུ་མི་གནས་  
པའི་དག་དགོས་དབང་གིས་མཆོན་པ་ལྟ་བུའི་སྐབས་དམིགས་བསལ་ཙམ་ཡིན་མོད། རོ་བོའི་  
ཆནས་སྒྲིམ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན། དཀར་མེན་ལས་རྒྱུད་དྲག་པོས་དཔྱལ་བར་འཕངས།  
ཤུགས་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ཡི་ལན་བྱའོད་དུ་འཆར། ཤངས་རིའི་ལྗོངས་སུ་སེལ་མཐུར་མེད་འཕྱོ། ཤུགས་  
མེད་ཤུགས་དབང་པོར་སྤྱིང་ནས་དད། རེས་པ་ལྟ་བུ་ཆོག་དུ་མ་འདུས་ཀྱང་སྒྲིམ་པ་འབྱེད་མེད་  
དོན་གཞན་དུ་སོང་ནས་བརྗོད་དོན་བུལ་བར་གྱུར་པའོ། དེ་བས་གསར་ཙམ་མམ་དཔྱད་བརྗོད་  
གང་གི་སྐབས་སུ་འད་དོན་ཉམས་ཀྱི་སྒྲིམ་གྱིས་རེག་མེན་ཆད་ཐིག་བྱེད་དགོས་པ་སྒྲིམ་ཅི།

༡༥ དོན་འགལ་འདུ་ཅན་གྱི་སྒྲིམ། དག་སྒྱུར་རྒྱུན་གཅིག་པའི་ནང་དའི་མ་མོ་གཤམ་  
ཡིན་ཟེར་བ་ལྟ་བུ་ཆོག་དོན་སྒྲིམ་ནང་འགལ་དུ་གྱུར་ནས་ཕན་ཚུན་ནལ་མེད་བྱེད་པ་ལམ།  
བརྒྱམས་ཆོས་ནང་ཡུལ་དུས་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བཀོད་པ་ཐུན་མོང་སྤང་ཆོད་ཀྱི་དོན་ནམ་  
གཞུང་ལུགས་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་བཤད་སྤངས་དང་འགལ་བ་ལ་བྱ། ལྷན་དག་མེ་ལོང་རྩ་འབྲེལ་  
དུ། སྒྲིམ་སེལ་བརྒྱུ་ཞེས་ཡུལ་དང་། དུས། རྒྱ་ཆུལ། འཛིག་རྟེན། ལུང་། རིགས་པ་བཅས་  
ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་འགལ་བ་བརྒྱམས་པའི་སྒྲིམ་གཅིག་དུ་བགང་ཡང་། དེ་དག་ཀྱང་བརྗོད་  
བྱའི་ནང་དོན་གྱི་ཆ་ནས་འགལ་འདུ་བྱུང་བའི་སྒྲིམ་དུ་གཏོགས་པས་ན་འདིར་དོན་འགལ་པའི་  
སྒྲིམ་དང་སྒྲིགས་མཐུན་དུ་བརྒྱབ་བར་འདོད། དོན་སྒྲིམ་འགལ་བ་དཔེར་ན། རྒྱུ་གཡེང་ཁོ་ནར་  
རོལ་པའི་སྒྲོབ་བྱ་འདི། རིག་པའི་གནས་ལ་གུས་རྟག་བརྩོན་པས་འདུག ལྟ་བུ་དང་། ཡུལ་  
དུས་སོགས་ཀྱི་གནས་ལུགས་དང་འགལ་སྒྲིམ་དཔེར་ན། དགུན་གྱི་ཉི་ཟེར་འཕྲོས་པས་གངས་རིའི་  
ཅེར། ཀྱུ་མུད་འདབ་ཕྱེད་རྒྱག་པོར་བཞད་པའི་མོད། ལྟ་བུ་སྟེ། འགལ་འདུ་ཅན་གྱི་དག་གིས་  
སྒྲིམ་པའི་བརྗོད་པ་དོན་མེད་པར་གཏོང་བས་གསར་ཙམ་མམ་དཔྱད་བརྗོད་གང་གི་སྐབས་སུ་འད་  
ཆད་གཞི་འདིའི་སྤྱིང་ནས་བསམ་ཞིབ་བྱེད་གལ་ཆེ།

༡༥ རོན་གཅིག་པའི་སྒྲིན། ཅ་བར། རོན་ཉིད་དམ་ནི་སྒྲ་ལ་ཡང་། །བྱད་པར་  
མེད་པར་སྒར་བཅོལ་པ། །གལ་ཏེ་སྒར་ཡང་རབ་བསྐྱགས་པ། །དེ་ནི་རོན་གཅིག་སྒྲིན་དུ་  
འདོད། །ཅེས་ཚུལ་གྱི་ནང་དགོས་པ་ལྟག་པོ་མེད་པར་རོན་གཅིག་བསྐྱར་བཅོལ་བྱས་པ་སྟེ་དེའི་  
ཞར་ལ་སྒྲ་འམ་ཆོག་གི་སྒྲིན་སྒྲིན་ཡང་གསལ་ཡོད། དཔེར་ན། གངས་རི་ས་འཛིན་དཀར་  
པོའི་ཀེ་ལ་ཤར། །སྒར་ཆགས་སྒྲལ་པོ་འཕྲོག་བྱེད་གདོང་ལྔ་པ། །ཁོ་ངར་དྲག་དུ་གཟེངས་  
པའི་མཆེ་སྒར་གྱིས། །གཉིས་འཐུང་ལག་ཐུན་སྒྲུང་པོའི་མྱེད་ཞོ་བྱལ། །ཁྱ་བུ་སྟེ། ཀར་པ་  
དང་པོའི་ནང་གངས་རིའི་མིང་གསུམ། ཀར་པ་གཉིས་པར་སེལ་ཏེ་མིང་གསུམ། ཀར་པ་བཞི་  
པར་སྒྲུང་ཆེན་གྱི་མིང་གསུམ་བཅས་དགོས་མེད་དུ་བསྐྱར་བས་རོན་གཅིག་པའི་སྒྲིན་དུ་སོང་  
བའོ། །རང་རེའི་རྒྱུ་སྲོལ་ལ་སྒྲིན་སྒྲིན་ཞེས་ཚུལ་འཆད་ཀྱི་བགྱི་བའི་ནང་འཛིན་སྲོལ་ཡོད་  
པ་བཞིན། གསར་ཚུལ་དང་དཔྱད་བཅོལ་གང་གི་སྐབས་སུ་འདྲ་རོན་གཅིག་པའི་སྒྲིན་འདིར་  
མཉམ་འཛིན་བྱེད་དགོས་སོ།།

༡༦ རོན་ཐེ་ཆོམ་ཅན་གྱི་སྒྲིན། རྫོང་ཆོག་ནམས་སྒྲུབ་མི་ལེགས་པའི་དབང་གིས་  
བཅོལ་རོན་ལ་ཡིད་གཉིས་སེལ་མི་བྱུང་ཁར་གོ་དཀའ་ཞིང་དོགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་གྱི་གཞིར་གྱུར་  
པ་ཞིག་ལ་བྱ། དཔེར་ན། སྒྲུང་དོར་གནས་ནམས་སྒྲིབ་མེད་ལེགས་འཆར་ཞིང་། །ཅེ་ཅོའི་  
སྐད་ངག་ན་བའི་དཔྱད་དུ་འཛོ། །དཔྱད་བས་ལེགས་ཀྱན་གྱི་སྟིང་དུ་སྒྱག་པ་དེ། །གསལ་རིག་  
ཤེས་པས་བཅིངས་མིན་འཕྱང་མོ་ཉུག །ཁྱ་བུ། ལེགས་ཉེས་སྒྲུང་དོར་གསལ་ཞིང་གཞན་གྱི་  
ན་བར་ཅེ་ཅོའི་སྐད་ངག་འབྲེན་པའི་སྟིང་སྒྱག་ཅེས་སེམས་སྒྲན་ལ་དམིགས་ནས་བཅོལ་བ་ལྟར་  
ཡང་། སྒྲུང་གསལ་རིག་ཤེས་པས་བཅིངས་མིན་འཕྱང་མོ་ཉུག་ཅེས་རོན་དེ་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིང་  
པར་བྱེད་པའི་ཆོག་བཅོལ་པས་ཚུལ་པ་པོའི་ཞེ་འདོད་དངོས་མ་ངེས་པའི་ཐེ་ཆོམ་ཅན་གྱི་སྒྲིན་  
དུ་གྱུར་པ་ཡིན།



དེ་བཞིན་རྫོད་བྱེད་དམ་ཅམ་པའི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་དུ་བྱུར་པར་ཡང་། ༡༥ ཆོག་གི་གོ་  
 རིམ་འཆོལ་བའི་སྒྲིམ། ཆོག་སྒྲིམ་གང་དུ་མདོར་བསྟན་དང་རྒྱས་བཤད་གཉིས་ཀྱི་གོ་རིམ་འབྲུག་  
 པར་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན། སྤྱ་རྒྱལ་ཐོ་ཐོ་རི་དང་བྲི་སྤྱོད་བཅན། ཀླུ་མ་ཕུ་དུམ་བཅན་གྱི་སྤྱིད་  
 རིང་ལ། རིམ་བཞིན་ཤུག་འཛིན་ཕྱགས་བསྐྱབས་པ་དང་། བྲིག་མའི་དབུ་ཙམ་བརྟེས་གིང་  
 ཆེས་ཆེར་འཕེལ། རྩ་བུར་མཆོན་ན། དངོས་ཡོད་ལོ་རྒྱུས་སུ་ལྷ་ཐོ་ཐོ་རིའི་སྤྱི་རིང་དམ་ཆོས་  
 དབུ་ཙམ་བརྟེས་པ་དང་། བྲི་སྤྱོད་བཅན་རིང་དར་འཕེལ་བྱུང་བ། ཕུ་དུམ་བརྟན་རིང་བསྐྱབས་  
 པ་ཡིན་མོད། འདིར་གོ་རིམ་འཆོལ་བར་སྒྲུར་བས་སྒྲིམ་དུ་བྱུར་པ་ཡིན། སྒྲིམ་འདི་ནི་ཙོ་མ་འབྲེའི་  
 ལག་ལེན་ཁྲོད་གཟབ་ནན་མེད་པའམ་ཞིབ་ཆ་མ་ཐོན་པའི་གནད་དོན་ཞིག་ཡིན་པས་གསར་ཙོ་མ་  
 དང་དབྱེད་བརྫོད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ངོས་ཟིན་ཐོབ་པར་བྱ་དགོས།

༡༦ ཆོག་གམ་སྒྲ་ཉམས་པའི་སྒྲིམ། བརྫོད་དོན་གྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་ངག་  
 སྒྲིམ་གང་ཞིག་བརྟེན་སྤོང་གི་ངེས་སྒྲོལ་དང་མི་མཐུན་པར་སྒྲུར་བ་ལ་བྱ། དཔེར་ན། མཐོ་སྒྲང་  
 བོད་མིས་(མིའི་)ངོ་མཆར་རིག་གནས་ལ། སྒྲིམ་ཞིང་(དང་)སྤང་བའི་འབྲུང་པོ་ཆེས་མང་  
 གྲང་(ཡང་)། ཁི་རིགས་རང་གི་(གིས་)གཅེས་འཛིན་མ་བྱས་ཆོ། གཞན་དག་ཡངས་  
 པའི་འདྲུ་ཤེས་ཇི་(ཅི་)ལ་སྒྲེ། རྩ་བུར་མཆོན་ན། གངས་ཅན་བརྟེན་སྤོང་གི་ཆོས་ཉིད་དང་  
 བསྟུན་ན་གྲག་ནགས་ནང་གི་རྣམ་དབྱེ་མོགས་སྒྲིམ་དགོས། སྤྱིར་རང་སྤྱད་བརྟེན་སྤོང་གི་བྱུང་  
 ཆོས་དང་མི་མཐུན་པར་གང་བྱུང་དུ་སྒྲུར་ཆོ། བརྟེན་སྤོང་སྤྱད་ལོག་དུ་བྱུར་ནས་ཆོག་དོན་ལ་  
 ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་ཉམས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཐོན་རྒྱ་ལོག་ འོན་ལེགས་པོ་ཞིག་བརྟེན་སྤོང་པར་  
 མི་འགྱུར་ན་ཙོ་མ་བཟང་པོ་ཞིག་ཇི་ལྟར་འོང་། རྒྱལ་མཆོག་ལྟ་པས། “སྒྲིམ་འདི་གིན་དུ་སྤང་  
 བའི་གནས་ཡིན་གྲང་། ད་ནི་དུས་དབང་གིས་མང་པོ་འབྲུང་བར་ངེས།” གསུངས་པ་ལྟར།  
 དང་སང་མི་རིགས་རང་གི་བརྟེན་སྤོང་གི་ངེས་སྒྲོལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པར་བརྟེན་འཛིན་དེ་ཙམ་མི་

བྱེད་པར་རང་སྤངས་གང་བྱན་གྱིས་ཆོག་བཟོན་སྤེལ་བ་མང་བས་བརྒྱ་ལ་དེ་རིགས་ནད་ངན་ལྟར་  
མཆོད་ཆེ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་བརྒྱུ་ཉེན་ཆེ་སྟབས། གསར་ཅོམ་བྱེད་སྐབས་དོན་ན་བྱེད་  
དགོས་པར་མ་ཟད། ཆད་གཞི་འདི་བྱིར་ནས་གཞན་གྱི་བརྩམས་ཆོས་ལའང་བརྟག་དཔྱད་བྱས་  
ཏེ་ཆེར་མ་འདོན་གལ་ཆེ།

༡༥ ཆོག་གི་གཙོད་མཆོམས་ཉམས་པའི་སྒྲིན། འདི་ལ་དོར་ཞིས། “ཆོགས་བཅད་  
ལ་རིང་བྱུང་གང་ཡིན་ཀྱང་། ཆོགས་བཅད་གཅིག་གི་ནང་གི་ཆོག་སྔ་སྔ་ཆ་སྒྲིམས་འོང་བྱེད་  
ཆོག་གི་གྲུབ་ཆར་གྱུར་པའི་ཐ་སྙད་རིང་བྱུང་དང་ཆོག་རྐང་གི་ཡིག་འབྲུ་མང་ཉུང་། བཟླག་  
བདེ་མི་བདེ། ལྷན་བཟོན་གྱི་གདངས་ཐོན་མི་ཐོན་སོགས་ཆོས་ཉིད་ནམ་གཞན་ལ་བརྟག་དཔྱད་  
གཏན་འཁེལ་བྱས་པའི་མིང་ཆོག་གི་གཙོད་མཆོམས་དང་། དབུགས་ཀྱི་ངལ་གསོ་བྱེད་པའི་  
གནས་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པས། དེ་དག་ལ་མ་བརྟག་མ་དཔྱད་པར་ཆོག་རྐང་རེ་རེའི་འབྲུ་གངས་  
འོང་བ་ཅམ་བྱས་ཏེ་ཆོག་སྔ་སྔ་བཅད་གཙོད་གྱི་མཆོམས་མི་མཉམ་ཞིང་བཟླག་མི་བདེ་བ་བྱུང་  
ན་གཙོད་མཆོམས་ཉམས་པའི་སྒྲིན་དུ་གྱུར་པ་ཡིན་” ཞེས་བསྟན་ཏེ། དཔེར་ན། སྤྱུའི་  
རིང་ལུགས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་གཟེ། རྫོངས་པ་ཡི་སྤྱིན་བྱས་བཟོན་ཐབས་མེད་དོ། །ཁྱ་བྱ།  
བཟླག་པ་ཅམ་གྱིས་གཙོད་མཆོམས་ཉམས་པ་ཤེས་སྟེ། སྒྲིན་འདི་ཆོག་རིང་ལ་འབྲུང་ཉེ་བས་  
སྤེབ་སྒྲུབ་ལུགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་སྟན་ངག་ལ་དཔྱད་བཟོན་བྱེད་པའམ་གསར་ཅོམ་བྱེད་སྐབས་  
ངེས་དགོས་པའི་གནད་ཅིག་ཡིན།

༡༦ ཆོག་གི་སྤེབ་སྒྲུབ་ཉམས་པའི་སྒྲིན། ཆོགས་བཅད་རྐང་བཞི་པའི་སྟན་ངག་  
གི་ཡི་གེ་ཕྱི་ཡང་སྤེབ་སྒྲུབ་བྱེད་སྤངས་ཉམས་པ་དང་། རྐང་པ་རེར་ཆོག་བྱིམ་མང་ཉུང་ངམ་  
ཆད་ལྷག་ཤོར་བ་གཉིས་ཅ་བར་བཤད་པ་ལས། སྔ་མ་བོད་སྐད་ལ་བྱས་འགོ་བས་བྱ་མི་གཏུབ་

ཕྱིར་ཆོག་གིས་མང་ཉུང་ཤོར་བ་ཁོ་ནར་བྱ། དཔེར་ན། མཛེས་མ་སི་དྲུའི་རྒྱུ་མེད་ཀྱིས་རེག་  
པའི། །འདབ་ལྗན་མུ་འཕྲུལ་མེད་ཅི་བཞིན། །རིག་པ་སྒྲོབ་པའི་སྤྲོད་གོགས་དམ་པ་ཡི། །སྒྲོ་  
སྒྲོས་ཡོངས་སུ་བཞད་འདི་ཨེ་མ་མཆར། །ཁྱ་བྱ། རྒྱུ་མེད་པ་རྣམས་ལ་རིང་ཐུང་མ་སྒྲོམས་པའོ།  
།འདི་ནི་སྒྲུབ་པ་དང་སྤྲོད་སྤྲོད་ལུགས་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ལ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་ཆོག་གིས་སྒྲོམས་ཆོ་  
མཛེས་ཤིང་བརྗོད་བཞེ་ལ། དབྱངས་ཀྱི་འདེགས་འཛིན་གསལ་བའི་ཁྱད་ཆོས་ལྗན་པས་ཆད་  
ལྷག་ཤོར་ན་སྒྲོན་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གྱི། མགུར་དང་དམངས་གཞས་སོགས་ལ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་  
བཞིན་རང་མོས་ཅན་དུ་གྲགས་པའི་སྒྲུབ་པ་གསར་པར་ཡང་། ཆོགས་བཅད་གང་ཞིག་རྒྱུ་  
པ་དང་ཆོག་གིས་ཅི་རིགས་སྤྲོད་བས་སྒྲུབ་པ་མེ་ལོང་དུ་བཞུགས་པའི་ཆོག་གི་སྤྲོད་སྤྲོད་ཉམས་  
པའི་ཆད་གཞིས་དེ་ལ་གཞལ་མི་རིགས་སྒྲུབ།

༥༢ ཆོག་ལ་མཆོམས་སྒྲོབ་ཉམས་པའི་སྒྲོན། ཅ་བར་སྤྲོད་བཞུགས་བཅོས་ནས་བཞད་  
པའི་མཆོམས་སྒྲོབ་མ་བྱས་པ་ལ་གསུངས་པ་བོད་ལུགས་ལ་ཅི་བཞིན་པ་མེད་ཅེས་ཆོ་ཏན་ཞབས་  
དུང་སོགས་ཀྱིས་གསུངས་མོད། སྒྲུབ་འབྲེལ་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཆོ་རུ། “སྐད་ཡིག་  
གཞན་ལ་འདྲ་དེ་དག་གི་སྤྲོགས་མཐུན་རེ་འབྱུང་བ་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྤང་བར་བྱ་  
དགོས།” ཞེས་གསུངས་པ་ཁྱར། བོད་རང་སྐད་སྤྲོད་ན་མིང་ཆོག་སྤྲོད་འབྲེལ་ཚུལ་སོགས་  
མཆོམས་སྒྲོབ་ཀྱི་ནམ་གཞག་ཅིག་རང་ཆས་སུ་ཡོད་པ་དེ་གཞན་སྐད་གན་ཞུགས་སོགས་ཀྱིས་  
འཆོལ་བར་སྒྲུབ་བཞི་མཆོམས་སྒྲོབ་ཉམས་པའི་སྒྲོན་དུ་འགྱུར། འདིས་ནི་དག་སྒྲོབ་ཤིན་དུ་  
སྤྲོད་པར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན། གནའ་བོའི་དུས་སུ་ཆོས་རིག་གཞུང་། །ཀྱུལ་པོ་སྒྲོན་པོ་ལོ་ཙཱ་  
པ་ཆེ་ཏུས། འབད་བཙོན་དག་པོས་གངས་བོད་བསྐྱར། །བཀའ་བློན་ཀུན་གསལ་གྱི་མཐའ་  
མཉམ། །ཁྱ་བྱ་བོད་སྐད་ཀྱི་མཆོམས་སྒྲོབ་ལུགས་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། སྤྲོད་བཅོས་ན། གནའ་  
བོའི་དུས་སུ་ཆོས་དང་རིག་པའི་གཞུང་། །ཀྱུལ་སྒྲོན་ལོ་ཙཱ་མཁས་པའི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས།

།འབད་བཙོན་དག་པོས་གངས་ཅན་པོད་དུ་བསྐྱར། །བཀའ་བློན་ཀུན་གསལ་མཐའ་དང་མཉམ་  
མེན་ནམ། །རྩ་བུ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན། རྟན་ངག་མེ་ལོང་དུ་སྒྲིན་སེལ་བཅུའི་ནམ་གཞག་  
གིས་མཆོན་པའི་ཚུམ་རིག་གི་དག་སྒྲིན་དཔུང་བསྐྱར་བྱེད་པའི་ཆད་ཐིག་ངེས་ཅན་ཞིག་བརྟན་  
ཡོད་པས་གཞུང་དེ་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རིགས་པར་གྱུ་བ་པོ།

ས་བཅད་གཉིས་པ། རྟན་ངག་མེ་ལོང་རྒྱན་འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཚུལ་བཤད་པ།

རྟན་ངག་མེ་ལོང་གིས་གསར་ཚུམ་ལ་ཕྱོགས་སྒྲིན་དང་། སྒྲིལ་རྒྱན་ཚུམ་རིག་སྒྲིབ་  
ཞིབ་ལ་རམ་འདེགས། ཚུམ་རིག་དཔུང་བཟོད་ལ་ཆད་གཞིའི་རྣམ་པ་འདོན་པ་བཅས་གཞུང་  
དེའི་ལག་ལེན་གྱི་རིན་ཐང་གོང་དུ་མདོ་ཙམ་བཟོད་ཟེན་ལ། དེ་ཙམ་མ་ཟད་བོད་ཀྱི་ཚུམ་རིག་  
འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དགོས་མཁོའི་ཆེད་དུས་རབས་ཀྱི་རེ་འདུན་དང་འཆམ་ཞིང་མི་རིགས་རང་གི་  
ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་ཚུམ་གཞུང་གསར་པ་ཞིག་སྒྲིག་ཚུམ་བྱེད་པར་ཡང་རྟན་ངག་མེ་ལོང་དུ་གཞུང་  
ལུགས་སམ་གལ་ཆའི་རྒྱ་ཆ་འཛིན་ཆེན་ཞིག་སྤྱད་ལེན་བྱ་རྒྱ་ཡོད། གང་ལྟར་ཀྱང་དེ་དག་ལས་  
རྟན་ངག་མེ་ལོང་ཡང་དག་པར་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རིགས་པར་གྱུ་བ་ན། ད་ཀོ་ཡང་སྤིང་རྒྱན་  
འཛིན་ཇི་ལྟར་བྱ་ཐབས་སྐྱེད་དགོས་པ་ནི་གནད་ཀྱི་དོན་པོའོ།

གཅིག་ རྟན་ངག་དོར་བཅུད་འཛིན་གྱིས་གཞུང་ལུགས་ལེགས་སྒྲིག་བྱ་དགོས་པ།

རྟན་ངག་མེ་ལོང་ལུགས་མཐུན་གྱིས་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་པར་རྟན་ངག་དོར་བཅུད་འཛིན་  
གྱི་ཐབས་ཚུལ་སྤྱད་དེ་གཞུང་ལུགས་ལེགས་སྒྲིག་ངེས་ཅན་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་རྟན་ངག་  
མེ་ལོང་བོད་དུ་དར་ཚུན་བགྱང་བྱ་བདུན་བརྒྱ་ལྷག་རིང་ཚུམ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཐད་དེ་གཅིག་

ཡུལ་འབྲེལ་པ་དང་དཔེར་བཞིན་བརྒྱུ་མཁས་པ་ལས་ཚུ་མ་གཞུང་གསར་པ་ཞིག་རང་གིས་སྒྲིག་ཚུ་མ་  
མཁས་གཞན་ནས་བརྒྱུར་ལེན་བྱས་མེད་པ་ནི་ཤེས་རིག་དར་ཀློང་ཆེ་བའི་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཚོན་  
ན་ཅུང་འཕུས་ཤིང་གི་རྒྱུ་པ་ཞིག་དུ་མཛོན་རུང་། སྤྱི་ཕྱི་གས་ནས་གཞུང་ལུགས་དེའི་སྤྱི་གས་  
སྒྲིག་འོག་སྤྱི་ཚུ་ལ་གི་རང་བཞིན་ཆོད་མཐོ་བའི་ཚུ་མ་རིག་བརྒྱུ་མཁས་ཆོས་ཇི་སྟེད་ཅིག་གངས་ཅན་  
རིག་མཛོད་དུ་གསོག་བསྐྱེལ་བྱས་ཡོད་པ་དེས་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གིས་བོད་ཀྱི་ཚུ་མ་རིག་ལག་  
ལེན་ལ་ཁྱིད་སྟོན་ནུས་ལྡན་བྱུང་ཡོད་པ་བསྒྲན་ཡོད། དེ་ལས་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གིས་བོད་ཀྱི་  
ཚུ་མ་རིག་ལོ་རྒྱུས་ཐོག་བཟུང་བའི་གོ་བབ་ཀྱང་མཐོང་བྱུང།

འོན་ཀྱང་། གཞུང་ལུགས་ནི་ལག་ལེན་གི་དགོས་མཁོར་སྟོན་ནས་བརྒྱུར་བཅོས་དང་  
འཕེལ་ཀློང་གཏོང་དགོས་པ་ཞིག་ལས་དུས་ནམ་ཡང་འགྱུར་མེད་རིངས་འཕུས་ཤིག་ཡིན་མི་  
རུང་ན། དུས་ཡུན་རིང་པོར་བོད་ཀྱི་ཚུ་མ་རིག་གཤིན་སར་ཅ་བ་སྤྱི་བརྟན་ཚུགས་ཤིང་ཡལ་  
འདབ་ཀློང་ནས་འབྲས་བུ་གཡུར་དུ་ཟ་བ་ཐོབ་ཚུང་བའི་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་ལ་བོད་ཀྱི་ཚུ་མ་རིག་  
གི་ལག་ལེན་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་ཉམས་ཞིབ་དང་དཔྱད་བརྒྱུར་གཏོང་ཟབ་ཅིག་བྱེད་དགོས་  
པ་ཡོད་དེ། སྒྲན་གཞུང་དེ་ཏ་ལམ་དུས་རབས་བདུན་པ་ཅོམ་ལ་རྒྱ་གར་གི་སྒྲན་ངག་མཁས་དཔུག་  
པ་ཅན་གྱིས་སྤྱི་བས་དེའི་རྒྱ་གར་སྟོན་ཤར་མཁས་པའི་སྤྱི་ཚུ་མ་གི་གཞུང་ལུགས་དག་ལས་བརྒྱ་སྒྲིག་  
བྱས་ཏེ་བརྒྱུ་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན་སྤྱི་བས། ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆ་ནས་གཞུང་ལུགས་སྟོང་ཁྱད་སྤྱོད་ཤིག་ཡིན་  
པར་མ་ཟད། རྒྱ་གར་དུ་གཞུང་ལུགས་དེའི་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུ་མ་རིག་གནས་  
ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་མཐུན་སྟེན་བྱེད་བྱུང་མིན་ཅི་རིགས་སྤྱི་བས་སོ།།

དེ་ལྟར་ལོ་རྒྱུས་དང་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་ལ་ཞིབ་མོར་དཔྱད་པ་ལས་གཞུང་  
ལུགས་དེ་སྤྱི་བས་སྟོན་ཤར་ཟུར་མ་ཉམས་པར་ག་གཟུག་ཟ་རྒྱུ་གིས་སྤྱི་བས་འཛིན་བྱེད་པ་འཕུ་  
ཡང་ན་གཞུང་དེ་ཚུ་མ་རིག་འཕེལ་ཀློང་གི་འཆིང་སྟོན་ལས་རྒྱུན་འཛིན་གི་རིན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་  
པར་འཛིན་པ་གཉིས་ཀ་དོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་ཞིང་། སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གི་གཞུང་དོན་དངོས་

ལ་རྒྱུ་ལྟ་བུ་གི་སྒྲིལ་ཆོས་དོར་བཅུད་འཛིན་གྱི་སྒྲིལ་ཆོས་གཞུང་ལུགས་ལེགས་སྒྲིལ་བྱེད་པ་ནི་  
མཐར་མ་ལྟར་པའི་ལྟ་ཆུང་ཞིག་ཡིན་པའི་ངེས་ཤེས་སྟེན་བྱུང།

སྒྲིལ་ཆོས་དོར་བཅུད་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་གཞུང་ལུགས་སོགས་ལ་སྒྲིལ་  
མ་དག་པངས་སེམས་མེད་པར་འདོར་བ་དང་ཉིང་བཅུད་དག་སྤང་འཛིན་བྱེད་པ་ཞིག་ལ་བྱ་ཞིང་།  
སྐབས་དོན་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ལ་ཆ་བཞག་ན། གཞུང་དེའི་དགོས་པ་ལྟར་ཡོད་པའི་ནང་དོན་དག་  
ནན་ཏན་གྱིས་སྤང་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། དགོས་པ་ལྟར་མེད་པར་སྤང་སྤོལ་གྱི་བཤད་རྒྱུ་ཙམ་  
དུ་གནས་པའི་ཆ་དག་འདོར་སྤོང་བྱེད་པ་ནི་སྒྲིལ་ཆོས་གཞུང་དོར་སྒྲིལ་ཆོས་དོར་བཅུད་འཛིན་བྱས་  
པ་ཡིན། སྒྲིལ་ཆོས་མེ་ལོང་གི་འབྲེལ་ཡོད་ནང་དོན་ལ་དྲངས་སྒྲིལ་གཉིས་སུ་འབྲེད་པར་ཆད་  
གཞི་ཡོད་དེ། བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་ཁྱད་ཆོས་དང་མཐུན་ཞིང་སྒྲིལ་གྲུབ་པར་  
དྲངས་མ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་པར་སྒྲིལ་ཆོས་མེ་ལོང་གི་བསམ་ཆོད་ལྟར་ག་ལ་ཡིན། འདིར་  
བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་དང་མཐུན་པར་སྒྲིལ་ཆོས་མེ་ལོང་གི་རིགས་ལ་སྒྲིལ་ཆོས་མེ་ལོང་  
ཆད་གཞི་དེ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་བརྗོད་པ་ཡིན་གྱི་དོ་བོའི་ཆ་ནས་སྒྲིལ་ཆོས་མེ་ལོང་ཆོན་བཅད་པ་  
མིན་ཅོ།

དེ་ཡང་འབྲུག་སྐད་སྒྲིལ་ཆོས་འབྲེལ་དུ། “བོད་ཡུལ་འདིར་སྒྲིལ་ཆོས་གཞུང་བོད་དུ་མ་  
བསྐྱར་པའི་གོང་ཙམ་ན་ས་སྐྱ་པའི་ཏ་ཀུན་དག་འབྲུག་ཆོས་མཆོན་གྱིས་མཁས་པ་འབྲུག་པའི་སྒྲིལ་  
བྱ་བ་མཛད་པའི་རང་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་ལ་ལ་འབྲུག་པའི་སྐབས་སུ་འདི་བོ་མེ་ལོང་དེ་བ་བསྐྱར་ཅིང་  
འབྲེལ་པས་ཀྱང་བྲལ་མོད་ཀྱི། བོད་སྒྲིལ་ཆོས་ཀྱི་ཆུང་ལ་སྒྲིལ་ཆོས་འབྲུག་པ་དང་བོད་ཀྱི་སྐད་  
ལ་ཆོག་སྤྱད་དང་། རྒྱུ་སྒྲིལ་ཆོས་ཀྱི་ཡང་བསྐྱར། ངལ་གསོའི་སྤྱད་མཆོམས། སྐྱར་རྒྱུ་ལ་  
ཆེར། སྐྱ་རྒྱུ་གྱི་བྱ་དཀར་སོགས་ལ་བའི་ཐགས་ལ་ཟ་འོག་གི་རི་མོ་ལྟར་བོད་སྐད་ལ་དེ་ནམས་  
སྐྱར་མེ་བྲུབ་པས་ཉེར་མཁོ་ཆུང་བར་དགོངས་ནས་གོ་དོན་ཆང་བར་སྤོལ་བའི་བཤད་པ་མ་  
མཛད།” ཅས་བསྐྱར་པ་ལྟར་ན་ཆོས་རྒྱུ་སྐྱ་ཆོས་ཀྱིས་གཞུང་འདིར་སྒྲིལ་ཆོས་དོར་བཅུད་འཛིན་

གྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་དེ་ཉེར་མཁོ་ཐོར་བྱ་བྲངས་པ་གསལ་ཡང་། མོང་ལོ་ཆེན་པོས་སྒྲུབ་དག་མེ་  
ལོང་ཆ་ཆང་བསྐྱར་རྗེས་པོད་ཀྱི་རིམ་བྱོན་མཁུ་པ་ཆོས་ས་པམ་གྱི་དགོངས་གཞི་ལྟར་རྒྱུ་འཛིན་  
བྱེད་མ་ཐུབ་པར་མངོན།

ལོ་ན་སྒྲུབ་གཞུང་མེ་ལོང་གི་འབྲེལ་ཡོད་གནད་དོན་གང་ལ་མུ་མཐུད་རྒྱུ་འཛིན་བྱེད་  
རིགས་པའི་རིན་ཐང་ཡོད་པ་དང་། གང་དག་པོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་ཀྱི་བྱད་ཆོས་དང་  
སྦྱར་མི་གདུབ་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཙམ་ཡིན་ཞེ་ན། ཉམས་ཞིབ་ནན་ཏན་སྤྲོན་སོང་དང་འབྲེལ་  
གཞུང་ལུགས་ཐོག་སྤོང་འཛིན་བྱེད་པའི་གལ་གནད་འདིའི་ཐད་སྤྱུག་ཐོགས་པས་རྩ་ཚུལ་དོན་  
མཐུན་ཞིག་འདོན་དགའ་ཡང་། ཚུལ་འདིར་སློབ་གྲོས་ཀྱི་འཇུག་པ་ཡངས་པའི་རང་རིགས་ཤེས་  
ལུན་མི་སྣ་དག་གི་མདུན་སར་རང་གི་སློབ་ཞིབ་ཀྱི་ངོས་ནས་སྤྲོད་བྱེད་གཞིར་འབུལ་ན།

༡༥ ལུས་ཀྱི་སྒྲོར། སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་གི་བརྗོད་བྱའི་རྒྱུང་རམ་གཞུང་དོན་གྱི་གྲུབ་  
ཆ་གཙོ་བོ་ནི་ལུས་རྒྱུ་སྦྱོན་སེལ་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་ལུས་ཞེས་པ་ནི།  
ལུས་ནི་རེ་ཞིག་འདོད་པ་ཡི། དོན་གྱི་རྣམ་བཙད་ཆོག་གི་ཕྱིང་། དེ་ཡང་ཆོགས་བཙད་ལྷག་  
པ་དང་། སྤྲེལ་མ་རྣམ་གསུམ་ཉིད་དུ་གནས། ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྒྲུབ་དག་མཁུ་གྱི་བརྗོད་  
འདོད་ཀྱི་བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་ཆོག་གི་རྒྱུ་ལ་སྐབས་འདིའི་ལུས་དང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན་རྗོད་  
བྱེད་ཆོག་གི་རྣམ་པའམ་བྱད་ཆོས་ལ་སྒྲོས་ཏེ་རྒྱུང་པར་བཙད་པའི་ཆོགས་བཙད་དང་། མ་བཙད་  
པའི་ལྷག་པའམ་རྒྱུང་བ། སྐད་རིགས་བཞིའམ་བཙད་ལྷག་འབྲེས་མར་སྦྱར་བའི་སྤྲེལ་མ་བཙས་  
རིགས་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་དང་དབྱེ་བསྐྱུ་སོགས་སྤྲོ་ཞིབ་ཏུ་བསྒྲུན་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཚོམ་  
རིག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ཆོག་གི་ལུས་བཙད་ལྷག་སྤྲེལ་གསུམ་དེ་དག་ལ་བརྟེན་པའི་དོན་  
གྱི་ལུས་སམ་ཚོམ་ལུས་སྒྲུབ་དག་དང་། གཏམ་རྒྱུད། ལྷག་ཚོམ། རྒྱུས་གར་བཙས་ཀྱང་དངོས་  
དང་ཞར་ནས་གང་ཙམ་གསལ་བ་དེ་དག་ནི་གནའ་དེང་དང་མི་རིགས་སོགས་ཀྱི་བྱད་མེད་པར་  
ཚོམ་རིག་གི་གཞུང་དོན་གལ་ཆེར་བརྟེན་རྒྱུ་འཛིན་དང་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པའི་གནས་

ཡིན་ཡང་། ལྷན་མེར་ལུས་ཀྱི་སྐྱོར་བརྟན་པའི་ནང་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་རིག་གནས་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་  
དང་སྐྱོར་མི་བདུབ་པ་འདྲ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་བཞི་པའི་སྡེ་བ་སྐྱོར་བྱེད་  
ཚུལ་ཐད། ཅ་གཞུང་དུ། ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་བཞི་པ་དེ་ཡང་། །བྱིད་ཏེ་ཏྲ་ཏི་ཞེས་ནམ་གཉིས།  
།དེ་ཡི་སྐྱོས་པ་མཐའ་དག་ནི། །སྡེ་བ་སྐྱོར་གཞུང་དུ་དེས་པར་བརྟན། །རིག་དེ་ལྷན་ངག་ཀྱི་  
མཆོ་ནི། །ཟབ་མོར་འདུག་འདོད་ནམས་ཀྱི་གྲ། །ཞེས་ཆོགས་བཅད་རྒྱུ་བཞི་པ་དང་སྡེ་བ་  
སྐྱོར་རིག་པའི་བར་ཀྱི་འབྲེལ་བའི་རང་བཞིན་གསལ་བོར་བརྟན་ཐོག་ ཆོགས་བཅད་ལ་སྡེ་བ་  
སྐྱོར་བྱེད་ཚུལ་ཀྱི་སྐྱོན་ས་ཡི་གེ་བཟང་བ་བྱིད་ཏེ་དང་བྱེ་མོ་བཟང་བ་ཏྲ་ཏི་ཞེས་རིགས་གཉིས་  
སྤྱུ་སྤྱེས་ཡོད་པ་དེ་ནི་ལེགས་སྐྱོར་སྐྱོད་ཏེ་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྡེ་བ་སྐྱོར་བྱེད་ཚུལ་ལས་བོད་  
སྐད་ཀྱི་ལུགས་ལ་འདྲ་སྐྱོར་བྱེད་མི་བྱུབ་པ་རང་ཅག་ཆང་མས་ཤེས་གསལ་ཡིན། བོད་ཀྱི་རིག་  
གནས་ཆུང་བ་ཐུའི་ཡ་གྲུལ་སྡེ་བ་སྐྱོར་རིག་གནས་ཀྱང་ཀྱང་གར་བའི་སྡེ་བ་སྐྱོར་གྱི་གཞུང་ཡིན་  
མོད། དེ་བོད་ཀྱི་ཆོགས་བཅད་ལག་ལེན་དང་འབྲེལ་སྐྱོར་མི་བདུབ་པ་མ་གཏོགས་དེར་རང་  
ངོས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཐུན་ཡོད་པ་ནི་བཤད་ཅི་དོ།སྤྱི་ སྐྱོར་བོད་ལའང་རང་སྐད་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་གཞིར་  
བཟུང་པའི་ཆོགས་བཅད་སྡེ་བ་ཚུལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དམ་སྟོག་སྟོལ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ལ། ད་ཆ་  
ཆེད་མཁས་འགའ་ཟུང་གིས་དེར་གཞུང་ལུགས་སྤུང་སྟོགས་བརྩམས་བྱས་འདུག་པས། སྡེ་བ་  
སྐྱོར་ཤེས་ན་ཆོགས་བཅད་ལ་མི་ཚངས་ཞེས་པ་ལྟར། བོད་སྐད་ཆོགས་བཅད་ལ་མཁས་པར་  
བྱ་འདོད་ན་ཐོག་མ་ཉིད་དེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྡེ་བ་སྐྱོར་བྱེད་ཚུལ་ལ་མྱོང་གོམས་ཡོད་  
པ་བྱེད་དགོས་སྟུམ། ཡང་། སྐད་ཀྱི་དབང་གིས་ལུས་རིགས་དཔེ་བྱེད་ཚུལ་ཐད། ཅ་གཞུང་  
དུ། ངག་གི་རང་བཞིན་དེ་དག་ཀྱང་། །ལེགས་སྐྱོར་དེ་བཞིན་རང་བཞིན་དང་། །ཟུར་ཆག་  
འདྲེས་མ་ཞེས་པ་སྟེ། །ནམ་པ་བཞི་རུ་མཁས་པས་གསུངས། །ཞེས་དང་། སྡེ་བ་མ་ཚྲོས་གར་  
ལ་སོགས་ཏེ། །དེ་དག་ནམས་ནི་གཞན་ན་ཀྱས། །ཞེས་ཚུམ་རིག་གི་རྒྱ་ཆར་སྐད་རིགས་བཞི་  
སྟེ་ལེགས་སྐྱོར་སྐྱོད་ཏེ་དང་། །ལུལ་མི་རང་བཞིན་པའི་སྐད། །ཟུར་ཆག་གི་སྐད། །ག་ཟེའི་



ཁ་བཅས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ལུས་ཀྱི་ནམ་གཞག་ཅིག་བསྟན་ཡོད། ལར་ཚུམ་རིག་སྒྲུབ་ཅུ་ལ་  
 སྐད་ཆའི་སྒྲུབ་ཅུ་ལ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངག་སྒྲུབ་ནི་ཚུམ་རིག་འགྲུབ་བྱེད་ཀྱི་གཞི་ཚའི་གྲུབ་  
 ལྗོངས་ཆ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཚུམ་རིག་ལ་ངག་སྒྲུབ་ཀྱི་གལ་ཆའི་རང་བཞིན་ཡང་མཐོང་  
 ཐུབ། དེ་ལྟ་ནའང་མི་རིགས་ཚུམ་རིག་གི་ཆད་གཞི་གཙོ་བོ་ནི་ངག་སྒྲུབ་ཡིན་སྟབས་མི་རིགས་  
 གཞན་གྱི་སྐད་ཀྱིས་དེ་དང་ཐ་དད་པའི་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཀྱི་ཆབ་མཆོན་ནམ་ཡང་མི་ཐུབ། གོང་  
 དུ་ཅ་གཞུང་དང་འབྲེལ་ནས་བསྟན་པའི་ལེགས་སྒྲུབ་སོགས་ནི་འཕགས་ལུ་ལྱུ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 པ་ཡིན་ལ། སྐད་རིགས་དེ་དག་གིས་སྒྲུབ་པའི་བརྒྱུ་མཆོས་ཀྱི་དཔེ་མཆོན་བགྲང་བའང་ཀྱ་  
 གར་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གཞིར་བཞག་གིས་བཤད་པ་ཞིག་རེད། བོད་སྐད་རང་ལའང་ལེགས་  
 སྒྲུབ་སོགས་རིགས་བཞིའི་དེ་ཕྱི་ཚུལ་ཞིག་དྲན་དབང་འགས་བསྟན་མོད། དེ་ནི་དེ་ཕྱི་ཚུལ་གྱི་  
 རིགས་ལམ་ཙམ་འདྲ་བ་ལས་ཀྱ་གར་བའི་སྐད་རིགས་བཞིའི་བོད་སྐད་ལ་ཆབ་བྱེད་པའི་གོ་དོན་  
 གཏན་ནས་མེན། དེ་བས་སྟན་ངག་མེ་ལོང་དུ་ཚུམ་རིག་གི་གྲུབ་ཀྱི་ཀྱ་གར་བའི་སྐད་རིགས་  
 བཞིའི་ཆོས་ཉིད་ཞིབ་བཤད་གནང་བ་དེ་བོད་ལུགས་ལ་ལག་ལེན་གྱི་རང་བཞིན་སྟོང་བའི་བཤད་  
 རྒྱུ་ཙམ་དུ་རྟོགས་སྒྲུབ་པས་མཆོན་ནོ།།

༡༥ རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུབ། ཚུམ་རིག་བརྒྱུ་མཆོས་ཅུང་ལེགས་པོ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིན། དེ་  
 བསམ་སྒྲུབ་རང་བཞིན་ནམ་བཟོད་དོན་ཡུན་སྐྱོམ་ཆོགས་པས་ཡུག་དགོས་པ་མ་ཟད། ལྷག་  
 པར་དུ་དེར་སྒྲུབ་ཅུ་ལ་མཆོན་ཐབས་སམ་རྒྱུ་དེས་ཅན་ཞིག་འཛོམས་དགོས་ཏེ། གཞན་དུ་ན་  
 སྒྲུབ་བཏང་གྱི་རྒྱུ་ཆོད་ཆོག་ཙམ་ལས་ཚུམ་རིག་གི་ངག་ཆོག་དུ་མི་འགྱུར་བས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 ཟུར་མཁར་པ་སྒྲོ་གོས་རྒྱལ་པོས། རྒྱལ་པོ་ལང་ཆོས་དྲེགས་གྱུར་ཀྱང་། རྒྱུ་མེད་པ་ན་སྒྲུ་  
 བོས་སྒྲུང་། །དེ་བཞིན་སྟན་ངག་མི་ལྟན་པའི། །བསྟན་བཅོས་མཁས་ལ་ཕྱིས་སྐྱེ་མེད། །ཅིས་  
 སྟན་ངག་གི་ཉམས་དང་ལྟན་པའི་ཆོག་རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲུབ་བ་དང་བྲལ་ཆེ་ཚུམ་པ་མཁས་པའི་བསྟན་  
 བཅོས་སྐྱེ་མི་འགྱུར་བར་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལས་བོད་རང་གི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་ཚུམ་པ་བཟང་



ཁ་པའི་དེ་ཡོད་ཀྱི་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ལྷན་ཡོད། དགེ་འདུན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས། “རང་  
 ཁམས་ཀྱི་དེ་ལྟའི་ཚུམ་ལུགས་འདི་ནི་ཀླད་བོད་དུ་བསྐྱར་པ་ནམས་ཀྱི་དབྱིབས་ཁོ་ནར་བྱིས་  
 བཅ་ལ། དེ་ན་བར་འཇགས་འཇགས་ནས་གོ་བདེ་བར་སོང་བ་ཡིན་གྱི། བོད་སྐད་རང་  
 བར་བའི་སྒྲིག་ཚུལ་ནི་མེན་པར་ངེས་པོ་ཡོད་སུ་ཞིག་གི་ན་བར་འགྲོ།”<sup>༡༣</sup> ཞེས་པ་ལྟར་སྒྲིག་  
 ར་བསྐྱར་པའི་ཀླད་མཐའ་དག་བོད་ལུགས་ལ་ཉམས་སྦྱོར་པར་སྐྱོར་བཏུབ་པའང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 བར་ན། སྐྱར་ཀླད་དག་ལ་མཆོན་ན། འབྲུག་སྐུལ་སྒྲིལ་འབྱེལ་དུ། “སྐྱར་ཚུལ་གྱི་དོན་  
 རས་རྒྱུགས་བོད་ལ་སྐད་ཀྱི་རང་བཞིན་གྱིས་བསྐྱར་དུ་མི་བཏུབ་”<sup>༡༤</sup> ཅེས་པ་ལྟར། སྐྱར་  
 ར་ཉམས་བོད་སྐད་དུ་ཕལ་ཆེ་བར་ས་བཅད་མ་སྟོངས་ཙམ་ལས་ཀླད་ཀྱི་ཉམས་ཁྱད་པར་ཅན་  
 ར་དགའ་བ་དང་། དེ་བཞིན་བྱ་དགའི་ཀླད་དག་ལས་ཀྱུན་དུ་ཟུང་ལྷན་དང་། བསྐྱོག་པའི་  
 ཟུང་ལྷན། གནས་དང་གསལ་བྱེད་ངེས་པ་སོགས་ཡི་གའི་རོལ་ཅེད་ཙམ་ལས་ཉམས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་སྟོན་མི་ཐུབ་པས་མཆོན་སྒྲིལ་དག་མེ་ལོང་གི་ཆོག་ཀླད་ནམས་ལའང་ཚུམ་རིག་གཞུང་ལུགས་  
 སུ་གཏོགས་གིང་སྐྱོར་བཏུབ་མིན་ཅི་རིགས་ཡོད་པ་ཤེས་སོ།།

༡༥ སྐྱོན་སེལ་ཐད། སྒྲིལ་དག་མེ་ལོང་གི་སྐྱོན་སེལ་སྐྱོར་ནི་གསར་ཙམ་མཐ་གཞན་  
 གྱི་ཚུམ་རིག་ལ་སྐྱོན་ཡིན་བརྗོད་པ་གང་ལའང་དགེ་སྐྱོན་འཇལ་བའི་ཆད་གཞིའི་གཞུང་ལུགས་  
 ཅུང་འཐུས་ཆང་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་སྐྱར་ཞིབ་ཀླད་སུ་བསྐྱར་ཡོད་པས་འདིར་བསྐྱར་བརྗོད་བྱེད་  
 དགོས་མ་མཆིས་པོ་ཡོད། སྐྱོན་སེལ་གྱི་སྐྱོར་མཐའ་དག་བོད་ལུགས་ལ་ནམ་གཞན་བྱེད་ཐུབ་པའང་  
 མ་ཡིན་ཏེ། འབྲུག་སྐུལ་སྒྲིལ་འབྱེལ་དུ། “དེ་ལྟར་སྐྱར་དང་། རལ་བསོ་དང་། ལྷུ་སྐྱོར་  
 དང་། མཆོམས་སྐྱོར་ཉམས་པ་སྟེ་བཞི་བོ་འདི་ནི་ཕལ་ཆེར་ལེགས་པར་སྐྱར་བ་སྐྱོན་ཏེ་སྐད་  
 གྱི་སྐྱོར་བ་ལ་འབྱུང་ཞིང་། སྐད་གཞན་ལའང་དེ་དག་གི་སྐྱོགས་མཐུན་རེ་འབྱུང་བ་མཐུས་པ་  
 ཉམས་ཀྱིས་སྐྱར་བ་བྱ་དགོས་”<sup>༡༥</sup> ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན། ལྷུ་སྐྱོར་ཉམས་པའི་  
 སྐྱོན་ལ། ཅ་བར། གང་དུ་ཡི་གེ་ལྷན་ཆད་དང་། ཁྱི་ཡང་རྩ་ལྷ་བཞིན་མི་གནས། རེ་ནི་



མ་དག་གིས་སྤྱི་སྤྱོད་དང་རབ་རིབ་ཅིག་གིས་འབྲས་པར་བྱས་ཚུལ་ནི། བོད་མཁས་པ་མི་ཕམ་  
དགེ་ལེགས་རྣམས་ཀྱིས་གྲིས། “ཀྱི་ལ་ག་རིའི་མགུལ་གྱི་སྒྲན་ངག་མཁན། །ཕལ་ཆེར་ཡོན་ཏན་  
རྣམས་བཅུའི་འདུག་པ་ཡིས། །ཆོག་སྤྱོད་ས་ཆེན་འདེགས་ཆེ་རི་མོ་ལ། །བྲིས་པའི་སྤྱོན་མེ་དང་  
མཚུངས་གསལ་ཆས་དབེན།” །ཞེས་གསུངས་པ་ལས་དཔོག་བྱལ། འདིར་རྒྱ་གར་ཡི་  
གཞི་དབང་དུ་བྱས་པའི་སྤྱི་ཡང་གི་རྣམ་གཞག་གིས་བོད་ལ་རྒྱུ་བཞིན་སྤྱོད་མི་བདུབ་ཅེས་བཤད་  
པ་ལས་བོད་ཡིག་རང་ལ་འཇམ་རྩལ་བཅས་སྤྱི་ཡང་གི་རྣམ་གཞག་མེད་པའི་གོ་དོན་མིན། རེན་  
སྤངས་པའི་སྒྲན་འབྲེལ་དུ་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་པས་གཞལ་ཏེ་འབྲང་བྱ་ཅན་དང་། ར་རོ་ཅན། མཐའ་  
ཏེན་ཅན་རྣམས་སྤྱི་བ་དང་། དེ་ལས་ཐོག་པ་རྣམས་ཡང་བར་འབྲལ་ཅེས་འབྲུང་བྱིང་། རྒྱལ་  
དབང་མཁའ་པའི་དགེས་སྤྱོད་དང་འབྲལ་སྤྱོད་གྱི་སྒྲན་འབྲེལ་དག་ཏུ་རྟགས་འདུག་གི་ཕོ་མོ་མ་ཞིང་  
གི་སྤྱོད་གདངས་ལྟར་སྤྱོད་རིགས་ཚུལ་ཡང་གསུངས་པ་དཔུང་གཞིར་ཆོདོ།

༥༥ བརྗོད་བྱའི་ཐད། སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་སྒྲན་ངག་གས་རྩོམ་རིག་རི་ལྟར་རྩོམ་ཚུལ་  
གཙོ་བོར་སྤྱོན་པའི་རིགས་པའི་གཞུང་ལུགས་ལས་རྩོམ་རིག་བརྩམས་ཆོས་ཤིག་མིན་ཡང་།  
སྐབས་འདིའི་བརྗོད་བྱ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲན་མེའི་དཔེར་བརྗོད་ཁག་གི་ནང་དོན་ལ་དམིགས་པ་ཡིན།  
སྤྱིར་རྩོམ་རིག་གི་བརྗོད་བྱར་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་གི་སྒྲན་ངག་ཆེན་པོའི་མཆོན་ཏིང་སྤྱོན་སྐབས།  
སྤྱོན་བྱུང་གཏམ་ལས་གྱུར་པ་འཕམ། ཅིག་ཤོས་ལེགས་པ་ལ་བརྟེན་པ། །སྤྱོད་བཞི་འབྲས་བྱའི་  
དབང་གྱུར་དང་། །མཁས་གིང་རྒྱ་ཆེའི་འདྲན་པ་ཅན། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱོད་བྱུང་བེན་པའི་ཕོ་  
རྒྱུས་ཀྱི་གཏམ་དང་དེའི་ཅིག་ཤོས་མིག་སྤྱོད་བྱ་དངོས་གསར་བ་མིགས་མདོར་ན་སྤྱོད་བཞིས་བརྒྱས་  
པའི་དོན་མཐའ་དག་གཟུང་རིགས་ཀྱང་། རྩོམ་པ་པོ་སྤྱི་ཡོན་རུང་ཡུལ་དུས་ངེས་ཅན་ཞིག་  
ལ་བརྟེན་པ་ག་སྟག་ཡིན་པས་ཡུལ་དུས་གང་ཞིག་གི་འཆིང་རྒྱ་ལས་འགོངས་མི་སྤྱོད་དོ། །སྒྲན་  
ངག་མེ་ལོང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ནང་དོན་དང་སྒྲན་ངག་མེ་ལོང་རྩོམ་འབྲིའི་རྒྱལ་སྤྱོད་ས་བར་  
དགོས་དབང་གི་འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡོད་ངེས་མ་ཟད། དཔུག་པ་ཅན་གྱི་རིག་གནས་བསམ་



དག་དང་མཉམ་བུའི་སྒྲུབ་དག་གཉིས། སྒྲུབ་དག་ཕུན་སུམ་ཆོག་པ་པོའི་རྒྱ་སོགས་ཚུམ་རིག་  
སྒྲུབ་ཀྱི་གལ་ཆེའི་གཞུང་དོན་ཚུལ་ཀྱང་རྒྱ་འཛིན་གྱི་རིན་ཐང་ཡོད་པ་གཉིས་ཡིན་ནོ།

གཉིས། ལག་ལེན་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ཏེ་གཞུང་ལུགས་བྲིད་སྦྱོང་བྱ་བ་ཐབས།

འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསར་སྒྲུབ་བྱས་པའི་རིག་གནས་དཔལ་ཡོན་ཚུལ་  
སྒྲུབ་པ་ལྟེ་མར་རིམ་པར་བརྒྱུད་སྦྱོང་བྱས་ཏེ་ད་གཟོད་རིག་གནས་ཀྱི་སློབ་རྒྱ་མ་ལག་གྲུབ་  
ཅིང་། སློབ་བྲིད་ཀྱི་བྱ་བས་རིག་གནས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སློབ་རྒྱ་མ་ལག་རྒྱ་འཛིན་དང་  
རིག་གནས་དེ་མཐུན་གྱི་མི་སྣ་གསོ་སྦྱོང་ཐང་བྱེད་ཀྱས་གལ་ཆེན་འདོན་ཟུབ། དེར་བརྟེན་བོད་  
ཀྱི་རིམ་བྱོན་མཁན་པོས་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་འཛིན་སྦྱོང་སློབ་གསུམ་གཉིས་པའི་  
བྱ་གཞག་བྲིད་སློབ་བྲིད་ཀྱི་བྱ་བར་ནན་གཅིགས་མཛད་ཡོད། སྒྲུབ་དག་རིག་གནས་ལ་མཆོན་  
ན། མོང་ལེ་ཆེན་པོས་མེ་ལོང་མ་ཚུར་ལེན་བྱས་ཤིང་དཔང་ལོ་རྒྱུ་བ་སློབ་གསུམ་བརྟན་པས་འགྱུར་བཅོས་  
དང་གཞུང་བཤད་བརྒྱུད་ཏེ་འཆད་ཉན་གྱི་སློབ་བཏོད་པ་ནས་བཟུང་། བོད་ཀྱི་རིག་གནས་པའི་  
བྲིད་སྒྲུབ་གཞུང་འདི་ལ་འཆད་ཉན་གྱི་མཐོ་རྒྱུས་འཕྱུར་ཏེ་ད་ལྟོ་བར་བྲིད་རྒྱ་ཉམས་མེད་དུ་  
གནས་ཡོད། སྤྱིར་འཆད་ཉན་ལ་བརྟེན་ནས་གཞུང་འདི་ཉིད་ཆ་ཆང་ཁིང་ཡང་དག་པར་རྒྱ་འཛིན་  
བྱེད་པར་བྲིད་སྦྱོང་ཇི་ལྟར་བྱ་བ་ཐབས་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད་པས་འདིར་སྒྲུབ་དག་མེ་ལོང་བྲིད་སྦྱོང་  
བྱ་བ་ཐབས་དང་འབྲེལ་བའི་དོན་གནད་འགའ་བཅོད་པར་བྱའོ།

༡༥ བྲིད་དེབ་འདེམས་སྦྱོང་འཆམ་པོ་བྱེད་དགོས་པ།

རིག་གནས་སློབ་གསོའི་བྱ་གཞག་བྲིད་དགེ་ཆན་གྱི་བྱང་ཆད་དང་སློབ་མའི་དོ་སྣང་  
གལ་ཆེ་བ་སློབ་མེད་ཐོག་རིག་ཆེན་གང་ཞིག་བྲིད་སྦྱོང་བྱེད་ནའང་དེའི་བྲིད་དེབ་འདེམས་སྦྱོང་  
འཆམ་པོ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུར་ཡང་གཟབ་གྲུང་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། རང་རེའི་སྒྲུབ་དག་སྤྱོད་པས་  
ཀྱི་སློབ་རྒྱ་མ་ལག་མེ་ལོང་མའི་རྒྱ་གཞུང་ནི་ཆོག་པ་བཅད་ཀྱི་རྒྱུ་མ་པར་ཡོད་ལ། ལེའུ་གསུམ་ག་རིམ་

བས་གཞུང་ཆད་པོ་ལོ་ག་དུག་བརྒྱ་དང་དུག་དང་། ཆོག་ས་བཅད་ནམས་ལ་རྒྱ་དང་ཕྱི་ཆོག་  
རིགས་ཤིག་མཆིས། ལྷན་དག་མེ་ལོང་བྱིད་སྒྲིང་བྱེད་སྐབས་ཅ་གཞུང་ཉག་གཅིག་གི་སྒོ་ནས་  
གཞུང་དོན་བདེ་ལྷག་ཏུ་རྒྱུག་ས་དཀའ་བར་བརྟེན། བོད་ཀྱི་རིམ་བྱོན་མཁས་པས་གཞུང་དེར་  
ནམ་བཤད་བྱས་བསྐྱུས་དང་དཔེར་བཞིན་སོགས་བརྒྱ་ཕྱག་ལོངས་པ་མཛད་ཡོད་པ་ནི་གཙོ་བོ་  
ཚུལ་འདིར་ཐོས་བསམ་བྱེད་མཁན་དབང་པོ་རབ་འབྱེང་ཐ་གསུམ་གྱི་དགོས་མཁོར་དམིགས་  
པ་ཞིག་ཡིན། དེ་བས་ན་སློབ་མཁན་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་གནས་ཆད་ལ་ལྟོས་ཏེ་བྱིད་དེབ་འདེམས་  
སྒྲིང་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ། དཔེར་ན། ལྷན་དག་རིག་པར་གསུང་སློབ་བྱེད་མཁན་དག་ལ་ཆེ་  
ཏུན་ཞབས་དུང་གི་ལྷན་དག་སྒྲིང་དོན་དང་། རེབ་གོང་རྩི་ཆེ་མཁར་གྱི་ལྷན་དག་བྱིས་པ་འཇུག་  
སྒོ་ལྟ་བུ་འཆམ་ལ། སློབ་གྲྭ་ཁག་གི་བྱིད་གཞིར་འཇུགས་སྐྱར་དུང་དཀར་པའི་ལྷན་འགྲེལ་  
དང་རྩི་དགོན་གསང་བདག་རྩི་ཆེ་མིག་ཡིད་ན་བའི་དགའ་སྒོ་ལྟ་བུ་བྱས་བསྐྱུས་དང་ནང་དོན་  
སོགས་གང་ཐད་ནས་འཆམ་གོས་སུ་མཐོང་ལ། ཡིག་ཅ་ཅུང་ལེགས་པའི་དགོན་སྡེ་ཁག་གི་སློབ་  
གཉེར་བ་སོགས་ཀྱིས་སྤར་སྒྲིལ་བཞིན་བྱུང་དབང་ལྔ་པའི་དབྱངས་ཅན་དགྲེས་སྒྲིང་། བོད་  
མཁས་པའི་དཔྱད་པའི་དགོངས་བྱུན། ལྷན་འགྲེལ་ཡང་གསལ་སྤང་མཛོད་ལྟ་བུ་བྱིད་གཞིར་བཟུང་  
ན་ལེགས། དེ་བཞིན་ལྷན་མའི་སྒྲོར་ལ་སློབ་ཞིབ་བྱས་པ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད་རིགས་ཀྱིས་འབྲུག་ཁམས་  
སྐུལ་གྱི་དབྱངས་ཅན་དག་གི་རོལ་མཆོད་དང་བསེ་ཆང་སློབ་བཟང་དཔལ་ལྷན་གྱི་ཆངས་སྒྲིལ་བཞད་  
པའི་སྒྲིང་དབྱངས་དག་སློབ་ཞིབ་ཀྱི་གཞི་རྟེན་དུ་གཟུང་རིགས་པར་སྒྲིལ།

༡༥ ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གོ་རིམ་གཞིར་འཛིན་དགོས་པ།

དུས་རབས་རིམ་པའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་པའི་བྱིད་སྒྲིང་དག་མེ་ལོང་འཆད་ཉན་གྱི་  
རྒྱ་ཆུགས་པ་དང་བསྐྱར་དེར་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འཆད་ཉན་སྟེལ་སྤངས་ཀྱི་རྒྱན་སྒྲིལ་ཞིག་  
ཆགས་ཡོད་པ་ནི། ལེའུ་གཉིས་པ་ཐོག་མར་བྱིད་ནས་དེ་རྩིས་ལེའུ་ཐོག་མཐའ་གཉིས་བྱིད་པའམ།  
ཡང་ན་ལེའུ་གཉིས་པ་ཁོ་ན་ཅམ་བྱིད་དེ་འཛོག་པ་དེ་ཡིན། གོ་རིམ་དེ་ལྟར་བྱིད་པའི་རྒྱ་མཆན་



མེ་མེ་ལོང་མ་ཆོག་ཀྱན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཙམ་ལ་ངོས་བཟུང་སྟེ་དེའི་ཀྱན་གྱི་སྤྱོར་ལུགས་  
 རྟེན་གནད་དུ་བཟུང་བ་གསལ་ཡང་། རིམ་པ་དེ་ལྟར་བྱིད་པས་སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་ཚུམ་རིག་  
 སྤྱོགས་ཀྱི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་མང་པོ་ཞིག་ཀྱང་གཟན་པར་འགྱུར་བ་མ་ཟད། ལེའུ་གསུམ་  
 གའི་འབྲེལ་བར་སློབ་མ་སྤྱོགས་པས་སློབ་མའི་སྟན་གཞུང་སྤྱོང་བའི་རེ་འདུན་དང་ཡང་མི་འཆོམ་  
 པ་ཤེས་ཐུབ། གཞུང་ཆོད་ཀྱི་གྲངས་འཁོར་གྱི་ཆ་ནས་མེ་ལོང་མར་ཀྱན་གྱི་ནམ་གཞག་གས་  
 ཆེ་བར་སྤང་ཡང་རྒྱ་མཚན་དེས་སྟན་ངག་མེ་ལོང་ཆོག་ཀྱན་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཙམ་དུ་ཁ་  
 ཆོན་གཅོད་མི་རུང་སྟེ། སྟན་ངག་མེ་ལོང་དུ་ཆོག་ཀྱན་གྱི་ཁོངས་སུ་མ་གཏོགས་པའི་ལུས་དང་  
 རྒྱུན་སེལ་སོགས་ཚུམ་རིག་སྤྱོགས་ཀྱི་གལ་ཆེའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གསལ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་  
 དེ་དག་ཀྱང་ཚུམ་གཞུང་སློབ་མཁན་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་དེས་པར་དུ་ཤེས་རྟོགས་དགོས་པའི་གཞུང་  
 དོན་ག་ལྟག་ཡིན་པས་སོ། སྤྱིར་བྱ་བ་གང་ཞིག་གཉེར་ནའང་དེ་སྦྱབ་ཀྱི་ལག་ལེན་ལ་འཇུག་  
 པར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གོ་རིམ་དེས་ཅན་ཞིག་དང་བསྟན་དགོས་ཤིང་། རྩེ་བྲག་དུ་གཞུང་ལུགས་  
 བྱིད་སྤྱོང་ལའང་སློབ་དཔོན་ཐུ་མིས། བསྟན་པའི་རིམ་པ་འདི་ཡིས་ནི། གང་ཞིག་འབད་  
 པ་ཆུང་དུས་ཀྱང་། ཤེས་རབ་མུར་དུ་གྲོལ་བར་འགྱུར། ཞེས་པ་ལྟར་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གོ་རིམ་  
 ཞིག་གཞིར་བཟུང་སྟེ་ལག་ལེན་བྱེད་དགོས་པར་གདོན་མི་ཟ། དེ་བས་རང་ཅག་གིས་སྟན་ངག་  
 མེ་ལོང་འཆད་ཉན་སྟེལ་སྤངས་ཐད་སྤར་སྟེལ་ལ་དམ་འཛིན་མི་བྱེད་པར་གཞུང་རང་ངོས་ཀྱི་  
 གོ་རིམ་ལྟར་ཐོག་མར་ལེའུ་དང་པོ་དང་དེ་ནས་གཉིས་པ་སོགས་རིམ་པར་བྱིད་ན་ཆོས་ཉིད་དང་  
 མཐུན་ཞིང་སློབ་མ་བྱི་བའི་དོན་དངོས་གནས་ཚུལ་དང་འཆོམ་པར་འདོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་  
 མི་འབྲུག་སྟུལ་སྟན་འབྲེལ་དུ། “ལུས་ནི་རེ་ཞིག་ཅེས་སོགས་ཏེ་རེ་ཞིག་གི་སྦྱ་ནི་རིམ་པའི་  
 དོན་ཏེ། ཀྱན་གྱི་གནས་ཡིན་པའི་སྤྱིར་དང་པོར་ལུས་བཤད་པར་བྱའོ།” ཞེས་རིན་ཆེན་  
 དཔལ་གྱི་རྒྱ་འབྲེལ་གྱི་ལུང་དྲངས་ཏེ་རང་ལུགས་སུ་བཟུང་བ་ལྟར། སློབ་དཔོན་དེ་ཁྱེས་གཞུང་  
 འདི་དང་ཐོག་སྟོན་ཚུམ་སྐབས་ལུས་ཀྱན་རྒྱུན་སེལ་སོགས་ཚུམ་གཞུང་གི་གལ་ཆེའི་ནང་དོན་

ནམས་འཆད་ཉན་གྱི་དགོས་མཁོ་གཞིར་བཟུང་སྟེ་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་བསྒྲིགས་ནས་བརྩམས་  
ཡོད་པར་ངེས་ལ། མེ་ལོང་མའི་དབྱུད་བརྗོད་གྲགས་ཅན་སྟན་ངག་གི་རང་མདངས་གསལ་  
བ་ཞེས་པར་ཡང་སྟན་མའི་ལེུ་དང་པོ་ནི་ལེུ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་འགྲོའམ་སྐྱེང་གཞི་ལྟ་བུ་  
སྟེ་གཞུང་འདིའི་དོན་རྩ་ཡིན་ཚུལ་དང་། ཡོན་ཏན་བཅུ་ནི་རྒྱན་རིག་གཞུང་གི་ཁོག་དབུབས་  
ཡིན་ཚུལ་རིགས་སྒྲུབ་ནན་ཏན་བྱས་ཡོད་པ། ལྷག་པར་དུ་ལེུ་དང་པོའི་རྩོམ་པའི་དགོས་པ་  
དང་། རྩོམ་བཟང་པོ་འབྲུང་བའི་རྒྱ། རྩོམ་གཤིས། རྩོམ་སྣངས་སོགས་ཀྱི་སྐོར་ནི་རྩོམ་གཞུང་  
ཁྱིད་སྦྱང་གི་ཐོག་མ་ནིད་དུ་ཤེས་དགོས་པ་འབའ་ཞིག་རེད་ལ། ལུས་རྒྱན་གྱི་ནམ་གཞག་ཁོང་དུ་  
ཆུད་རྗེས་སྒྲིན་སེལ་གྱི་ཚུལ་ཤེས་གཤམ་ཆེ་བར་བརྟེན་ལེུ་གསུམ་པའི་མཇུག་དུ་སྒྲིན་གྱི་སྐོར་བཞན་  
པའང་རང་དགར་འདྲོར་མི་རིགས་པས་སོ།།

༡༥ རྒྱང་དོར་དང་ཁ་གསལ་གྱི་ལྟ་ཚུལ་ཡོད་དགོས་པ།

སྟན་ངག་མེ་ལོང་རྒྱང་དོར་ཡོད་པའི་སྟོན་སྟུན་འཛིན་བྱེད་དགོས་ཚུལ་སྤར་བརྗོད་  
པ་ལྟར། ཁྱིད་སྦྱང་གི་ལག་ལེན་དངོས་ཀྱི་ནང་དོན་འཁྱོལ་བྱེད་རྒྱ་ནི་གནད་ཀྱི་དམ་པ་ཡིན།  
དཔེར་ན། སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ནང་དོན་ལ་རྒྱ་གར་པའི་ཡུལ་གོམས་གཤིས་  
ལུགས་འདྲེས་པར་མཆོན་ན། དཔེར་བརྗོད་ཀྱི་ནང་དོན་རྟོགས་པ་དང་མི་རིགས་གཞན་གྱི་  
ཡུལ་གོམས་གཤིས་ལུགས་ལ་རྒྱས་ཡོད་བྱེད་པ་ཙམ་མ་གཏོགས། དེ་བོད་ཀྱི་རྩོམ་རིག་ནང་  
སྤྱར་ཆེ་བོད་མིའི་མཛེས་དཔྱད་ལྟ་བའམ་རིག་གནས་སེམས་ཁམས་དང་མི་མཐུན་གཤིས་བོད་  
རིགས་མི་མང་གིས་དགའ་མོས་མི་བྱེད་ཚུལ་དགེ་ཆན་གྱིས་གསེད་དཀྱོལ་དང་སྦྱོབ་མས་ངོས་  
ཟིན་ཐོབ་དགོས་པ་ལྟ་བུ། དེ་བཞིན་སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལག་ལེན་ཁྱིད་བོད་ཀྱི་མཁས་  
པ་བྱུར་མཁར་བསྒྲིགས་རྒྱལ་པོས་སྒྲིག་གི་བད་ཆད་གསར་གཏོད་བྱས་པས་མཆོན་གཞུང་འདིར་  
དགོས་ངེས་གསལ་འཇུག་བྱས་ཏེ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་ཆོང་བ་བཞིན། སྟན་ངག་མེ་ལོང་མར་  
མི་རིགས་གཞན་གྱི་རྩོམ་རིག་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་ལེགས་ཆ་དང་བོད་མི་རིགས་རང་གི་ཐུན་མོང་

མ་ཡིན་པའི་རྒྱུན་སྒྱུར་ལུགས་སོགས་ཁ་གསལ་དགོས་ངེས་བྱས་ཏེ་བྲིད་སྒྲིང་བྱེད་བྱལ་ན་ད་གཟོད་  
ཕན་ཐོགས་མི་ཆུང་སྟེ།

༩༥ དཔེར་བཅོལ་གྱི་ལག་ལེན་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱ་དགོས་པ།

སྒྱུར་ཁ་རྒྱུན་ལ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་རིགས་ལམ་གྱིས་མིན་ནི་ཚིན་གྱི་ལས་ཁ་བྱང་བྱལ་མིན་  
དང་། རིག་གནས་( ཐུན་མོང་རིག་གནས་ཏེ་གཙོ་བོ་བདུན་སྟོང་དམ་སྟན་ངག་སོགས་སྐྱ་རིག་  
པའི་སྟོར། ) ལེགས་པོ་གསུམ་མིན་ནི་དཔེར་བཅོལ་འཛིན་རྒྱུར་རག་ལས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་སྟེ་  
ཡོད་པ་ལྟར། སྟན་གཞུང་སྒྲིང་པའི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་འང་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་བྲིད་སྒྲིང་འོག་ལག་  
ལེན་ཐོག་ལུས་སྟོག་རྒྱུན་གསུམ་ཆང་པའི་ཚུལ་རིག་བརྩམས་ཆོས་ལ་འདུག་པའི་དམིགས་ལུལ་  
མ་གཏོགས་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་སྒྲིང་བཤད་ཅམ་ལ་དམིགས་མཁན་ཡོད་མི་སྟེ། སྟན་གཞུང་  
ལག་ལེན་ལ་དངོས་འབེབས་བྱེད་དགོས་ན་དཔེར་བཅོལ་འབྲེལ་ལ་ཤུགས་སྟོན་རྒྱག་དགོས་  
པ་སྟེ་དཔེར་བཅོལ་གྱི་ལམ་ནས་རྒྱུན་སྒྱུར་ཚུལ་སོགས་ལ་བྱང་གོམས་དགོས་པ་ནི་གནད་ཀྱི་སྒྲིང་  
པོ་ཡིན། རྒྱུ་མཚན་དེའི་དབང་གིས་སྟོན་ཆད་སྟན་གཞུང་བྲིད་པའི་ལག་རྩལ་ལྟ་བུར་ལེའུ་  
དང་པོའི་ལམ་ནས་པར་དབྱེ་བ་ནས་སྟོན་བརྒྱ་སྒྲིང་པའི་བར་གྱི་དཔེར་བཅོལ་ཆ་ཆང་ཞིག་ཚུལ་  
རྒྱགས་སུ་འབུལ་སྟེ་ཀྱང་ཡོད། དེས་ན་སྟན་གཞུང་གི་གོ་རྟོགས་ཅི་ཅམ་ལེགས་རུང་ཚུལ་  
འབྲེལ་ལག་ལེན་ལ་འཛོན་ཐང་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཆེད་སྟན་གཞུང་བྲིད་པ་དང་དུས་  
མཚུངས་དཔེར་བཅོལ་གྱི་ལག་ལེན་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱེད་གལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ནི་སྟན་གཞུང་བྲིད་  
སྒྲིང་བྱས་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཀྱི་འགན་ལེན་ཡང་ཡིན། དཔེར་བཅོལ་འཛིན་སྒྲིངས་ཀྱི་ཆ་ནས་  
སྟོན་ཆད་སྟན་ངག་སྐྱ་བ་རིམ་བྱོན་གྱིས་ཆོགས་བཅད་ཀྱིས་བྱས་པ་འབའ་ཞིག་ལས་ཆོག་ལྷག་  
གི་དཔེར་བཅོལ་བཞག་པ་མི་སྤང་ཡང་། ཆོག་ལྷག་ལའང་ཁ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་ལྷག་པའི་ནམ་  
ཅན་གྱི་དཔེར་བཅོལ་འཛིན་རིགས། སྒྱར་རྒྱུན་དང་སྐྱ་རྒྱུན་སོགས་ཆོགས་བཅད་ལྟར་ལྷག་  
པར་སྒྱུར་མི་བདུབ་ཀྱང་དཔེ་རྒྱུན་དང་གཟུགས་རྒྱུན་སོགས་རྒྱུན་པལ་མི་ཆེར་རིགས་འབྲེལ་བྱེད་

ནུས། དཔེར་བཅོལ་གྱི་བཅོལ་བྱ་འདེམས་སྤངས་ལ་མཚོན་ནའང་ཟླ་བ་དང་པ་སྤྲེལ་བུའི་འཁོར་  
ཀྱ་གུ་དོག་ཅིག་དུ་བསྐྱར་སྒྲིལ་གྱིས་མི་ཚོམ་པར་དམ་པ་ལྟ་ཚོས་དང་འཛིག་རྟེན་མི་ཚོས་གྱིས་  
བསྐྱས་པའི་སྤྲེལ་བའི་དོན་མཐའ་དག་ལས་གང་དག་འཛི་འོས་གྱི་བསལ་འདེམས་བྱེད་དུ་བཅུག་  
ཆེ་དཔེར་བཅོལ་འཛིག་པའི་བྱ་དངོས་སྤྲེལ་ཚོགས་ལ་ལྟ་ཞིབ་གྱི་ཆུ་ཆད་མཐོར་འདེགས་ལ་སྤྲེལ་  
པར་མ་ཟད་གཞི་སྤྲེལ་ཚོགས་དང་སྐྱར་བའི་རྩོམ་འབྲེལ་བ་པར་ཡང་ཕན་ཐོགས་ཡོད་སྟེ། དེ་  
བཞིན་རྒྱན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་དང་མཐུན་པར་སྦྱར་བྱུང་ཆེད་དཔེར་བཅོལ་ཉུང་འཛིག་བྱེད་  
དུ་བཅུག་ལ་ལེགས་ཤིང་། ལེའུ་གསུམ་གའི་དཔེར་བཅོལ་འཛིག་བྱུང་ན་རབ་དང་གལ་སྲིད་  
དུས་ཚོད་སོགས་གྱིས་སྤྲེལ་མིན་བྱུང་ཆེ་བྱེད་བྱག་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱན་སོ་སོའི་གཞི་རྩའི་མཚོན་  
ཐབས་ཤེས་སུ་འཕྲུག་རྒྱར་འབད་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན། ཚོས་དཔེ་དང་དངོས་དཔེ་གཉིས་  
ལ་བརྟེན་ནས་དཔེ་རྒྱན་གྱི་གཞི་རྩའི་ཚོས་ཉིད་ཤེས་པ་དང་། བསྐྱས་དང་མ་བསྐྱས་གྱི་གཟུགས་  
རྒྱན་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་རྒྱན་གྱི་རྩ་བའི་མཚོན་ཐབས་ཤེས་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས་པས་མཚོན་  
ནི། རྩོམ་འབྲེའི་ལག་ལེན་དངོས་གྱི་སྐབས་ཐབས་ཚུལ་ཅི་འདྲར་བརྟེན་ནས་སྐབས་དོན་མཚོན་  
པ་དང་རྩོམ་ཉམས་ཐོན་པར་བསམ་གཞིག་གཏོང་བ་ལས་རྒྱན་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་འགྲོ་མིན་ལ་དོ་སྤང་  
བྱེད་སྲིལ་མེད་ཀྱང་སྤྲེལ་གཞུང་བྱིད་སྦྱོང་གི་དཔེར་བཅོལ་འཛིག་སྐབས་རྒྱན་སོ་སོའི་མཚན་ཉིད་དང་  
མཐུན་པོ་ཡོང་ཐབས་སུ་འབད་དགོས་པ་སྒྲིལ་སྤྲེལ་ཏེ། འདིར་སྤྲེལ་པ།

དེ་ཉིད་སྤྲེལ་གཞུང་དོ་མཚར་ཨ་དར་ག །ལོག་སྐྱབ་གཡའ་རྒྱས་མོག་པོར་བྱས་པའི་རུལ།  
ལྷག་བསམ་གངས་ཀྱི་རི་ལས་ཉེར་བབས་པའི། །དབྱེད་གཏམ་བདུད་རྩིའི་ཆབ་འདིས་དྲངས་པར་བྱས།  
དབྱངས་ཅན་མཁྱིན་པར་རོལ་པའི་བཤེས་གཉེན་ལས། །མན་ངག་ལི་ཤིའི་ཡལ་འདབ་ཉེར་ཐོས་ཏེ།  
ངག་རིག་རི་ཤིའི་སུལ་ནས་སྒྲིག་པའི་དྲི། །ཁྲངས་མེད་ལལ་བཤོལ་ཡལ་གྱི་དོ་རྒྱུ་མིན།  
འདིར་འབད་ལེགས་བྱས་ཆུ་ཡི་བྲེལ་བ་ཙམ། །མཆིས་ན་གངས་རྒྱུད་ས་རྩོམ་རིག་འཕེལ་ཕྱིར་དང་།  
རྒྱངས་བཞིན་འོལ་ཆོད་བྱས་པའི་ཉེས་པ་དག །ཆུལ་འདིར་མཁས་པའི་མདུན་སར་གསུམ་པས་འཆགས།

ཞེས་སྟན་ངག་མེ་ལོང་རྒྱན་འཛིན་བྱེད་རིགས་པའི་དོན་སྤྲོད་དང་བྱ་ཐབས་སྒོར་སྒྲེང་  
བ་རེ་ཞིག་མཐུག་གྲུབ་པར་བྱས་སོ།། སུམ་སྒྲུབ།

ཟུར་མཆན།

༡ མཁན་པོ་སྒྲོབས་ལྷན་རབ་འབྲམས་པས་མངོན་པའི་སྟན་ངག་མེ་ལོང་གི་ཟིན་བྲིན་པའི་གསལ་འདེབས། མཆོ་  
སྟན་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་ ༡༧ བར་གསལ།

༢ ཆོ་ཏན་ཞབས་བྲུང་གི་སྟན་ངག་སྤྱི་དོན་དུ་བྲངས་པའི་དེ་ཉིད་ངག་རྒྱན་ལོ་རྒྱས་གཞིར་བཟུང་ནས་བརྗོད་  
པ་དང་གཞན་ཡང་ལེགས་སྒྱར་གཤམ་པའི་གྲོགས་རེ་བྲུང་གི་ངག་ལས་ཀྱང་བློས།

༣ གངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་སྟེང་གཉིས་པ། བོད་ཡུངས་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་ ༥༧ བར་གསལ།

༤ གངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་སྟེང་བཅུ་པ། བོད་ཡུངས་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་ ༤ བར་གསལ།

༥ བོད་མཁས་པ་མི་ཤམ་དག་ལེགས་ནམ་རྒྱལ་གྱི་སྟན་འབྲེལ་དེ་ཉིད་དགོངས་རྒྱན། མཆོ་སྟན་ལྷགས་པར།  
བོག་ངོས་ ༡༧ བར་གསལ།

༦ མདོ་མཁར་ཞབས་བྲུང་ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ་གྱི་མི་དབང་རྟོགས་བརྗོད། སི་ཁྲོན་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་  
༡༤༡ བར་གསལ།

༧ གངས་ཅན་རིག་བརྒྱུད་སྒྲོ་འབྲེད་ལྷེ་མིག་དེབ་སྟེང་དགུ་པ། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། བོག་ངོས་ ༣༥༧  
བར་གསལ།

༨ དོར་ཞིའི་དཔུང་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐྱགས་མུན་འཛོམས་ནོར་བུའི་སྟེང་པ། མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། བོག་  
ངོས་ ༤༠༥ བར་གསལ།

༩ གངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་སྟེང་གཉིས་པ། བོད་ཡུངས་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་ ༦༢༢ བར་གསལ།

༡༠ གངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་སྟེང་གཉིས་པ། བོད་ཡུངས་ལྷགས་པར། བོག་ངོས་ ༡༡ བར་གསལ།

༡༡ དོར་ཞིའི་དཔུང་ཚོམ་ཕྱོགས་བསྐྱགས་མུན་འཛོམས་ནོར་བུའི་ཆོགས་བཅད་ལྷེབ་སྐྱངས་ཀྱི་གསལ་བུའི་  
ནམ་གཞག་ཅེས་པ་ཞིག་འབྲུང་ངོ།

- ༡༣ འདྲུ་མི་པམ་འཇམ་དབྱངས་ནམ་གྱལ་གྱུ་མཆོའི་སྒྲན་འགྲེལ་དབྱངས་ཅན་དགེས་པའི་རོལ་མཚོ། སྒྲེ་དགེའི་  
དཔལ་སྒྲུངས་ཤིང་པར། ཤོག་ངོས་ ༥༡ ན་ལ བར་གསལ།
- ༡༣ ཀངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་ཐེང་བཅུ་པ། བོད་སྒྲུངས་ལྷགས་པར། ཤོག་ངོས་ ༣༤༣ བར་གསལ།
- ༡༤ ཀངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་ཐེང་གཉིས་པ། བོད་སྒྲུངས་ལྷགས་པར། ཤོག་ངོས་ ༤༦༦ བར་གསལ།
- ༡༥ ཀངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་ཐེང་གཉིས་པ། བོད་སྒྲུངས་ལྷགས་པར། ཤོག་ངོས་ ༦༢༢ བར་གསལ།
- ༡༦ བོད་མཁས་པའི་དེབ་ཤིང་དགོངས་གྲུག། མཆོ་སྒྲན་ལྷགས་པར། ཤོག་ངོས་ ༤༣༠ བར་གསལ།
- ༡༧ ཀངས་ཅན་རིག་མཛོད་དེབ་ཐེང་གཉིས་པ། བོད་སྒྲུངས་ལྷགས་པར། ཤོག་ངོས་ ༥༥ བར་གསལ།

གཞིན་ཅུ་དུག་གི་རྟོགས་པ་མཛོད་པའི་འབྲེལ་ཚུང་དོན་བསྟུས།

ལྷ་མོ་སྐུབས།

རབ་བྱེད་བཞི་པ།

ན་བའི་སྐུག་བསྐལ་དང་། བཛོད་པའི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་བཛོད་པ།

དང་པོ་ལའང་གསུམ་སྟེ། ༡༥ རྩོན་འགྲོགས་དུ་འགྲོ་སའི་ཡུལ་རྫོང་ས་གྲིང་མཆར་བཀོད་  
པ་ནི།

དེ་ནས་དལ་གྱིས་སྟོན་གྱི་དུས་སྐབས་ཏོ། །དེའི་ཆེ་ཤིན་དུ་ཡིད་འོང་སྟོན་གྱི་དུས། །བསོད་  
ནམས་ཐོགས་པ་མགོ་བ་ནམས་ལ་འབྱུང་། །ཞོར་འཛིན་བདག་པོས་སྐྱེ་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ། །ཅི་འདོད་  
སྐྱིན་པའི་མཆོད་སྐྱིན་འབྱེད་པ་བཞིན། ༡ །ས་གཞི་ལོ་རྟོག་ཆོགས་ཀྱིས་ཡོངས་བཀང་བ། །རབ་དུ་  
སྐྱིན་པས་སེར་པོར་གྱུར་པ་ནི། །ཆ་བཟུང་འབར་བས་མཆོམས་སྐྱིན་བཞུ་བ་ཡི། །གསེར་ཞུན་གྱིས་ནི་ས་  
ལ་བྱུགས་པ་བཞིན། ༢ །འབྲས་བུ་རྒྱས་པའི་འཁྱར་ལྗང་སྟེ་མའི་ཆོགས། །བསེར་བྱས་རབ་བསྐྱལ་  
གཡོ་བའི་གར་བསྐྱར་བ། །སོ་ནམ་ལས་ཀྱིས་དུབ་པའི་དབྱུགས་འབྱིན་ཞིང་། །ཡོངས་པ་ནམས་ལ་མགོན་  
དུ་གཉེར་བ་བཞིན། ༣ །རོལ་སྐྱེག་ལུས་ཅན་འབྲི་ཤིང་ལག་ཅེ་ཡིས། །རོ་མངར་བཅུད་ལྗང་ཤིང་རྟོག་





ཀྱི་མ་སྐལ་བ་དམན་པའི་མིག་མེ་མཐོང་བཞི་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཡི་དྲགས་གཟུགས་ལ་འགན་པ་ལྟའི་  
སྒྲིམ་བྱ་འདི་དག་སྤྲུའིག་གྱེ། ༡ མ་ཡིས་ལུས་གང་ཁ་མིག་རལ། རྟག་ཁྲག་རྒྱན་ནི་གཟིགས་པ་ལས།  
འབྲུ་སྒྲིན་ཆོགས་ཀྱིས་ཟོས་པ་ཡི། ལྷག་མ་ཙམ་ཞིག་ལུས་པ་བཞིན། ༢ རུལ་ཞིང་ཐྱགས་པའི་དྲི་ངན་  
ཀྱིས། རྩོགས་ཀྱན་བྲབ་པར་གྱུར་པ་ནི། བཅང་ཆོགས་ནམས་འབོད་པ་དང་། བཅང་མ་ལུན་ནམས་སྒྲོད་  
པ་བཞིན། ༣ ཞེས་སྐས་ནས་གདོང་ཕྱིར་ཕྱོགས་ཏེ་འཁོད་དོ། །

དོན་ཇི་བཞིན་པ་ནི། ཀྱི་མ་བསོད་ནམས་ཟད་པའི་མིག་འདིས་མེ་མཐོང་བཞི་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
མེ་དྲགས་འབྲུ་བའི་མི་འདི་ཆོ་སྤྲུ་རེད། མ་ཡིས་ལུས་གང་ཞིང་ཁ་དང་མིག་དག་ནི་རལ་ཅིང་རྟག་ཁྲག་  
ཀྱི་རྒྱན་ཟགས་པ་འདི་ནི། འབྲུ་སྒྲིན་ཆོགས་ཀྱིས་ཟོས་པའི་མི་རོ་ལྷག་མ་ཙམ་ཞིག་དང་འབྲུ་ལོ། རུལ་  
ནང་འདམ་འབག་ཏུ་གྱུར་པའི་དྲི་ངན་གྱིས་ཐྱོགས་ཀྱན་བྲབ་པར་གྱུར་པ་ལ་གསུང་ཆོགས་ནམས་ངང་  
ཀྱིས་འབྲུ་ལོ།

རྒྱན་ནི། ༡ སྒྲོད་པའི་དངོས་དཔེ། ༢ མི་སྤྱུག་ཉམས་ལུན་གྱི་ཆོས་དཔེ། ༣ འགལ་བའི་  
པ་བཞིན།

གཞིན་པེ་ལེགས་པའི་སྒོ་གྲོས་ཀྱིས་སྐྱས་པ། ནད་ཅེས་བྱ་བ་འཛིགས་རུང་བ། འདི་ནི་གཞིན་  
པའི་མཆེ་བ་ཡིན། ལུས་ཙན་ཀྱན་ལ་ཡང་དང་ཡང་། རབ་ཏུ་དྲག་པོས་འདེབས་པར་བྱེད། ༡ །  
པང་ཆོ་རྒྱས་པའི་དཔལ་ལ་རབ་ཆགས་ཁངས་པས་ལྷ་ཞིང་གཅེས་པར་འཛིན་བྱེད་ཟས་དང་གོས་ཀྱིས་ཉག་  
ཏུ་མ་གྲོན་གཉིར་མཛེས་སྤྲུག་ཡིད་འོང་ལུས་ལུན་ཡང་། ཇི་ནི་དུས་ཀྱི་མི་བཟད་ནད་ཐེབས་འགྲོ་འཆག་  
པར་ཞིང་ཟས་ལ་ཙོམ་བྲལ་མིག་དཀྱུས་རྩམ་ཞིང་ལག་པ་སྒྲིང་སྒྲིལ་ཏེ་རུལ་བཞིན་དུ་དོགས་སྤྲུ་འབྲེལ། ༡  
སྒྲོབས་ཀྱིས་དཔེན་ཞིང་ལུས་ཀྱི་ཤ་བྲལ་རོ་འཛིན་བསྐྱམས་པས་མི་རྒྱས་བཞིན་དུ་སྒྲིང་ག་སྐྱ་ཆོགས་འབྲིན་  
ནང་འབྲེལ་སྒྲིག་ཏེ་དཔེ་དབྱགས་ཀྱིས་མ་གྲོན་པ་རྒྱས། ༢ རྩལ་རྒྱ་དྲག་པོས་སྒྲོད་ཅིག་ཙམ་ཡང་དཔྱལ་  
བ་དང་མཆུངས་སྤྲུག་བསྐྱལ་རབ་སྒྲེར་ནི་དེ་ཅེས་བྱ་བ་དུས་མཐའ་རྒྱང་འདི་ལུས་ཙན་ཀྱན་གྱིས་བསྒྲོག་པར་

དཀའ། ༤ ཇིས་ན་མི་བཟད་བྱུག་རྩེ་འབྲུང་གནས་བསྐྱེན་པར་དཀའ་ཞིང་བྱས་པ་མི་གཙོ་སེམས་ལ་  
གདུང་བྱེད་གཡོ་བའི་ལྷས་ལ་ཆགས་པའི་འཆིང་བར་བ་བཏང་ནས། ༥ རྒྱ་ཤིང་བཞིན་དུ་སྤྱིང་པོ་མེད་  
པའི་སློག་དང་ལོངས་སྤྱོད་རྣམས་ཚུངས་འདྲི་དོར་རང་གཞན་དོན་དུ་ཉེ་བར་སྤྱད་ནས་རྟག་པའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་  
པར་རིགས།

སྤྱིང་དོན་ནི། སྤྱིས་བྱའི་སློག་འཕྲོག་པའི་ནད་དྲག་པོ་འདིས་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡང་རྩྱག་  
བསྐྱེད་བར་བྱེད། ལང་ཆོད་དང་ལྷས་སྤོབས་ཆེ་བ་འབྱོར་བ་བཟང་པ་སོགས་ཀྱང་ནད་ཀྱིས་བབྱང་ཆོ་  
ཟ་བྱང་གི་ཡི་ག་མེད་པར་ལྷས་བསྐྱེད་ནས་རང་ཚུགས་ཀྱང་མི་བྱུང་བ་དང་། ར་ཆ་མ་བཟོད་པར་  
དུ་འབྱོར་བྱེད་པ་སོགས་རྩྱག་བསྐྱེད་བཟོད་སྐྱགས་མེད་པ་འབྲུང་ཚུལ་དང་། དེ་བས་རང་གི་ལྷས་དང་  
ལོངས་སྤྱོད་ཆགས་ཞེན་མི་བྱེད་པར་རང་གཞན་དོན་དུ་ཉེ་བར་སྤྱད་ནས་རྟག་པའི་བདེ་བ་བསྐྱབ་  
འོས་སོ་ཞེས་པ་སྤྱི་གོ་སྤྱོད།

བྱུ་ཞི་རབ་སྤེལ་ཏེ། ༡ ཆོས་དཔེ། ༡ བྱ་བ་རང་བཞིན་བཟོད་པ། ༡ ཆོས་དཔེ། ༤  
གཟུགས་ཅན། ༤ ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བཟོད་པ། ༤ ཆོས་དཔེ། ༢ དངོས་དཔེ་དང་བཅས་པ་ལ་  
སྤྱིང་རྩེའི་ཉམས་ལྡན་པའོ།

### ག༡ སྤྱིས་བྱ་ངན་པ་དང་དམ་པའི་བྱེད་པར་བསྐྱེན་པ།

༡༡ ངན་པས་ནད་པའང་བྱེད་དུ་གསོད་པའི་ཚུལ་ནི།

དེའི་ཆོ་གཞོན་རྒྱ་དེ་དག་གིས་སྤྱིས་པའི་ཆོག་རྣམས་ནད་པའི་དག་གིས་ཐོས་ནས་བྱེད་དུ་བསད་པ་  
སྤྱིང་མཐོང་སྤྱི། ཡིད་མི་དགའ་ནས་སྤྱིང་རྒྱུང་དུས་རང་ལ་སྤྱིས་པ། གྱི་མ་ལང་ཆོའི་མདངས་གསལ་  
བས། རྒྱུ་མ་པའི་མ་སྤྱིས་དེགས་ལྡན་བྱེད། རྒྱུ་གྱི་སྤྱིན་བྱས་ལྷས་བཅོམ་པའི། རི་དྲགས་དག་  
ཡང་ཞུམ་པ་ནི། ༡༢ ཅས་སོ། ཇི་ཐོས་པ་ན། དག་པོ་ཁྱོས་ནས་དབྱུག་པ་འབྱུར་ཏེ། ཀ་ལེ་བྱོད་རེ་

ཞིག་སྤྱོད་ཅིག །རང་གི་ལུས་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱོད་པུང་ཞིང་། ཁྱི་དང་བྱ་རྒྱུ་ལ་སོགས་པས་ཀྱང་བརྟུན་པའི་གནས་སྤྱོད་པའི་མིག་གིས་ཀྱང་ལྷ་བར་མི་འོས་པ་ཁྱོད་ཅིའི་ཕྱིར་དེད་ཅག་ཀྱལ་པོའི་སྤོན་པོར་གྱུར་པ་དག་ལ་འཕྱུས་འདོགས་པར་བྱེད། འདི་ནི་ཏ་ཅང་ཡང་མི་རིགས་སོ་ཞེས་རྒྱགས་པ་དང་། ༡

དོན་ནི། ནད་མེད་པས་བཞིན་མཛད་སྤྱོད་གསལ་བ་མེད་ན་མོ་འདྲ་བ་འདོའི་དང་ཀྱལ་ཆེ་བ་ལ། སེང་གེ་ཡང་སྤྱོད་འདྲའི་ནད་ཀྱིས་བཅོམ་ན་དཔལ་ལྷུ་ཞིང་ལུས་ཉམས་པར་འགྱུར་བའོ། ཞེས་ནད་ཀྱིས་མཛར་པའི་ཐོག་ལ་སྤྱོད་པའི་མཛོད་ཆུང་ཁྱད་གསོད་བྱེད་པས་སེམས་ལ་འདྲ་ལྷག་བསྟུན་བའོ། སྤྱོད་ཅེ་དང་བཟོད་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་པོ་དན་པ་དག་གི་རང་བཞིན་འདི་འདྲ་བའི་ཞེས་ཀྱང་ཤེས་པར་བྱའོ།

རྒྱན་ནི། ༡ གཞི་ཐ་དད་ཅིང་ཁྱད་ཆོས་མཐུན་པའི་བསྟུན་བཞིན་དེ། འདིར་ཐ་ཞིག་ལ་ཟུར་བའི་ཆུ་ལྱིས་མུན་པ་ཅན་དང་ཐ་དན་གཉི་གཉི་ཕྱི་མཛེས་པ་དང་ནང་དང་ཀྱལ་གྱི་ཆོས་འདྲ་བར་བརྟུན་པས་སོ། ༢ དག་པོའི་ཉམས་ལྷན།

༡༥ ཁྱོད་པའི་ཉེས་པ་དང་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལྟན་ཏུ་བཞིན་པ།

གཞོན་ནུ་མཉེས་གཤིན་བཟང་པོ་མིག་མཆི་མས་བཀའ་སྟེ་དག་པོ་ལག་པས་བརྒྱུག་སྟེ། མཁྱེད་མཁྱེད་ཐུབ་ཆོད་ལས། འདི་ནི་ཁྱོད་ཉིད་བཅོམ་པར་འགྱུར། ཉམས་ཆུང་དག་ལ་འཆོབ་ནི། །རང་གི་གསལ་པ་སྤྱོད་འབྱེན་ཉིད། ༡ འདི་ལྟར་དབུལ་ཤོངས་མཛོད་བཞིན་དུ། །བརྟེ་བ་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར། །རྒྱལ་པའི་ཆོག་གིས་སྤྱོད་པའི་ཁྱི་དང་སྤྱོད་པའི་མེམས་འདི་སྤྱོད། ༢ ཟུང་ནམས་ནང་ནས་དུག་ཅན་སྤོན་ཤིང་ཆོར་མ་ཁྱོ་ལྷན་སྤྱོད་པའི་ལོས། །མི་སྤྱོད་མཚན་མས་ཁེབས་པའི་གདོང་ཡང་མཛེས་ཀྱི་ཁྱོས་པས་བཞིན་འགྱུར་མཛེས་མ་ཡིན། །ཡོ་བྱད་ཀྱན་དང་བུལ་ཡང་དབུལ་པོ་མིན་ཏེ་བཟོད་པའི་མོར་མེད་ཤིན་ཏུ་དབུལ། །དག་པོའི་དབུང་གིས་གསལ་པ་གཞོམ་པར་མི་རྟུན་རང་གི་ཁྱོ་བས་སྤྱོད་

ཅིག་འཛུམས། ༡ །སྤྱོད་པས་རང་ཉིད་བརྒྱུག་འགྲུར་རལ་གྱི་འོ་སོ་ལ་རེག་ན་རང་གི་ཡན་ལག་གཅིད།  
།བཟོད་པས་བདག་སྤྲུང་སྤྲུང་བའི་གོ་ཆ་བགོས་པས་གཡུལ་ངོའི་མཚོན་ཡང་སྤྲུངས་པར་བྱེད། །ཁོང་སྤྱོད་ལྟ་  
བྱ་སྤྱོད་འགོ་འཛུམས་པའི་དཔལ་པོ་སྤྱིད་པ་གསུམ་ན་ཡོད་མིན་ཏེ། །བཟོད་པ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་པས་ཀྱང་རྟོད་དག་ལ་  
དེ་ཕྱིར་རྟག་ཏུ་བཟོད་ལ་བརྟེན་པར་གྱིས། ༤ །ཞེས་སྤྱིས་པ་དང་དེས་ཀྱང་སྤྱོད་པ་བཟོད་ངོ་།

དོན་ནི། ཉམས་ཀྱང་དག་ལ་བྱུ་བཞོན་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་གྲགས་པ་ཉམས་བྱེད་དང་རང་ཉིད་འཛུམས་  
བྱེད་ཡིན། དབུལ་ཤིངས་མཐོང་བཞིན་དུ་འང་བརྟེན་བ་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་ཆོག་རྩལ་མོས་སྤྲིགས་  
པར་བྱེད་པའི་སྤྲིག་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་པོ་དག་ནི་སྤྲུང་འོས་གིན་ཏུ་མི་སྤྲུག་པའོ། །བཟོད་པའི་  
གཉེན་པོ་དང་བྲལ་བའི་སྤྱོད་པ་ནི་རང་ཉིད་འཛུམས་བྱེད་གྱི་དག་ཆེན་པོ་ཡིན་པས། སྤྲིག་ལ་བཟོད་  
པ་དང་ལྟན་ན་དེ་ནི་རང་གི་སྤྱོད་པས་དམ་པའོ། །ཞེས་སྤྱིང་རྟོག་པའི་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་པོ་དང་དེའི་སྤྲིག་སྤྲིགས་  
གཉིས་བསྐྱར་ཏེ་སྤྱོད་པོ་ལྟན་བརྟེན་པའོ། །

ཐུན་ནི། ༡ ཉམས་བྱེད་ཀྱ། ༢ སྤྱོད་པས་འགོག་པ། ༣ ལྟར་བའི་འགལ་ཀྱན། ༤ ཀྱང་པ་དང་  
པོར་སྤྱོད་པོར་ཆོར་མ་ཅན་དང་འདྲ་བའི་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་པོ་ཞེས་འབྲུ་མང་རྒྱུད་དཔེ་ལྟར་འགྲེལ་ཆོག་མོད།  
ཐོག་མའི་དཔེ་ཟས་རྒྱལ་ས་ནང་ནས་དུག་ཅན་ཁ་ཟས་ཞེས་པའི་ཆོག་འགྲེལ་གྱིས། སྤྱོད་པོར་ནང་ནས་  
ཆོར་མ་ཅན་དང་། མི་རྒྱལ་ས་ནང་ནས་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་པོར་འོས་ཞེས་འགྲེལ་ཅིང་གོ་འོས་སོ། ༤  
།དཔེ་ཀྱན་སྤྲེལ་མ། དཔེ་ཅན་རྒྱག་པའི་བསྐྱར་དཔེ། གསུམ་པ་དང་བཞི་བའི་དཔེ་མེད་པའི་སྤྱོད་  
དཔེ་རྟེ། ཁོང་སྤྱོད་དང་བཟོད་པ་གཉིས་ལ་མཚུངས་སྤྱོད་ལྟ་སྤྱོད་པས་དཔེའི་ཚུལ་དུ་སྤྱིས་པས་སོ།  
༥། དམ་པའི་སྤྱིང་རྟོག་པོའི་ཉམས་ལེན་དངོས་བརྟེན་པ།

དེ་ནས་གཞོན་ནུ་ལེགས་པའི་སྤྱོད་པོས་ལ་སོགས་པས་པད་མའི་རྩ་བ་ལྟར་འཇམ་ཞིང་ཡིད་དུ་འོང་  
བའི་ལག་པ་བརྒྱུངས་ནས་ཤོངས་པ་དེ་དག་གི་མགོ་ལ་བྱུགས་ཏེ། མཛེན་དག་སོ་བའི་ཕྱིར། དགོས་  
པའི་དབང་གིས་འཛུམ་དོགས་མེད་པར་བྱུ་བས་བཀའ་པའི་ཕྱ་རྒྱལ་ས་འཛིབས་པ་དང་། ཐུག་སེར་(སེར་)གྱི་  
ཐུན་ཞོ་ལྟར་འབབ་པས་ཁ་བཀའ་བཟིར་འཛོལ་ཞིང་། དེའི་ལྟལ་དུ་སྤྱོད་པ་བཟོད་པོ་སྤྱོད་པ་བཟོད་པ་ནས་ནད་ཀྱི་རྒྱག་

ལྷ་མོ་བར་བྱས་སོ། །

དོན་ནི་རྒྱལ་པོའི་ཤུལ་གྱི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཛད་སྤྱོད་ཞིབ་དུ་བྱེས་པ་སྟེ་གོ་སྟོན་། །ཤུལ་མི་  
མེད་མ་སྤྱིང་གི་པགས་པའོ། །ཆུ་མེར་གྱི་རྒྱུན་ཞིང་རྩེ་འབབ་པ་ནི་ཆུ་མེར་གྱི་རྒྱུན་མེར་པོ་ཞི་ལས་  
རྒྱུ་ལཱི་ཐིགས་པ་འབབ་པ་སྟེ་བྱུང་གོའོ། །ཟུག་རྒྱུ་ནི་ན་ཟུག་གམ་ཟུག་གཟེར་བྱུང་གོའོ།

ཀྱེན་ནི། ༡་ན་གཉི་གཞོས་དཔེ་དང་། སྤྱི་ཆ་ནས་མི་སྡུག་པའི་ཉམས་དང་སྤྱིང་རྩེའི་  
ཉམས་བཅས་པའོ། །

༥། སྐྱེ་བོ་ངན་པའི་ལྷག་པར་རྟོག་པའི་སྤྱད་ཚུལ།

དེམཐོང་བདད་། བདག་ནིང་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པ་དཔལ་ན་པའི་སྤྱོད་པ་བཟོད་པར་དགའ་བདེ་ལ་མ་རངས་  
 ཏེ། དག་པོ་བློ་བ་དང་བཅས་པས་སྒྲུས་པ། ཀྲ་ཡི། དེད་ཀྱིས་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མ་བྱས་ན། ཅི་ཕྱིར་བྱིད་  
 ཅག་དེད་ཀྱི་འཆོ་བ་གཅོད། །ངན་སྤྱོད་འདི་འདྲ་མཐོང་བས་མགྲིན་འཆུས་ཏེ། །རོ་བརྒྱ་ལྷན་པ་འད་སྤྱི་ལས་  
 ཟབར་ནུས། ༡ །སྤྱི་ག་པ་མངོན་སུམ་སྤྲིན་པ་བཞིན། །མི་གཙང་རྒྱས་རྣམས་བསགས་པ་བཞིན། །འཕྲིག་  
 རྟེན་རྣམས་ལ་སུན་འབྱིན་བཞིན། །སྤྱི་གས་ཀྱན་མོངས་པར་བྱེད་པ་བཞིན། ༢ །མི་གཙང་རྒྱལ་པ་འདི་དག་  
 ལས། །རྟག་ཁྲག་འཁྱུང་བས་ཆོམས་གྲུར་པ། །བྱིད་ཅག་ཁམས་དང་ལུས་བརྟན་བཞིན། །གོ་འཕང་  
 མཆོག་ཅིག་ཐོབ་འཁྱུར་གང་། ༣ །དོན་རྩི་བཞིན་པ་ནི། དག་པོ་བློས་ནས། ཀྱེ་ངས་གཞོད་པ་ཅི་  
 ཡང་མ་བྱས་པར་བྱིད་ཆོས་ཅིའི་ཕྱིར་ངའི་བཟའ་བརྟུང་གི་འཆོ་བ་འདིར་བར་ཆད་བྱེད། སྤྱོད་ངན་  
 གཙང་བཅོག་མི་ཤེས་པའི་ཚུལ་འདི་འདྲ་མཐོང་བས་ད་ནི་ཡིག་ལོག་ནས་རོ་བརྒྱའི་ཟས་ཁིམ་ཁིག་རག་  
 ཀྱང་སུས་ཟ་ཐུབ། ནད་པ་འདི་ཆོ་ནི་རང་གི་ཆོ་སྤོན་སྤྱི་ག་པ་རྣམས་ད་ལྟར་དངོས་སུ་སྤྲིན་པ་དང་འདྲ་  
 ལ། །མི་གཙང་བའི་རྒྱས་ངན་ཆང་མ་སྤྱི་གས་འདིར་བསགས་པ་ལྟར་ཞེ་མེར་ལང་ངོ་། །མི་གཙང་བའི་  
 རྒྱལ་པ་ཆེན་པོ་འདི་དག་ལས་རྟག་ཁྲག་འཁྱུང་བས་ནས་འཁྱུང་བས་ཡིད་ཆོམ་པ་བྱིད་ཆོར་རང་གི་ལུས་

མི་གཙང་བ་ཆེར་རྒྱས་པ་ལྟར་གྱི་གོ་འཕང་ཡ་མཚན་ཞིག་འཐོབ་པར་མི་འགྱུར་རམ། ཞེས་སྤྱི་མི་  
གཙང་བ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ཏེ་གཙང་བཅོག་ཀྱང་མི་ཤེས་པའི་ཚུལ་དུ་དམ་པར་སྒྲིབ་པའོ།

རྒྱ་སྤྱི་ཆ་ནས་མི་རྒྱལ་པའི་ཉམས་དང་། ནང་གསེས་སྟུ། ༡ ཉམས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ། ༢ ཐོག་མ་  
གཉིས་དངོས་དཔེ་དང་ཐ་མ་གཉིས་སེམས་ལྡན་རབ་རྟོག་ ༣ བརྟོན་འདོར་དཔེ་རྒྱ་ཞེས་འདོགས་འོས་  
ཏེ། རྒྱ་ཁྲག་མ་འབྱུངས་པ་ལ་འབྱུང་བ་ཞེས་བརྟོན་ནས་མི་གཙང་བ་ཟླ་པ་ལས་ལྷས་ཀྱང་མི་གཙང་བ་  
ཆེར་རྒྱས་པ་བཞིན་དུ་ཆོས་དེའི་འབྲས་བྱུང་དེ་འདྲ་ཞིག་ལས་ཅི་འོང་ཞེས་ཆེས་ཆེར་སྒྲད་དོ།

༥༥ དམ་པས་ལོག་རྟོག་བསྒྲིག་པའི་ཚུལ།

གཞོན་ནུ་དག་བ་ཅན་དགོད་ཅིང་། དྲག་པོས་མཚོན་ཕྱོད་ནམས་ལ་སྒྲུས་པ། སྤྱོད་ཚུལ་འདི་  
མཐོང་བྱོང་ཅག་ཡིད་བྱུང་ནས། །ཁ་ཟས་དོན་གཉེར་ཙོང་པ་མི་རྣམས་ན། །ཁྱུ་ཁྲག་གཤའ་གཅིས་ཁེངས་  
པའི་ལུས་འདི་དང་། །རྟག་དུ་འགྲོགས་བཞིན་ཇི་ལྟར་འཚོ་བར་བྱས། ༡ །དོ་ཆ་རྒྱུང་ཞིང་ཡོ་ལ་བསྒྲུ་  
བ་དང་། །སྤྱི་དང་གཡོ་སྒྲུ་རན་སྤྱོད་སྒྲ་ཚོགས་པ། །དམ་པ་ནམས་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་གནས་དེ་དག་ །གཙང་  
མ་ལྡན་བྱིད་ཅི་ཕྱིར་འདོར་མི་བྱེད། ༢ །མི་འདོད་ཟུག་རྩ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མ་ཡིས། །ལུས་ཅན་ཀྱན་ལ་  
རྟག་དུ་གདུང་བར་བྱེད། །རྣམ་བཞིན་འདི་ལ་ཡན་པ་མ་བྱས་ན། །ཉོན་མོངས་ནད་ལས་བདག་ཅག་ཇི་  
ལྟར་ཐར། ༣ །དེ་སྐད་ཅེས་སྒྲུས་པ་དང་། །ཕྱོད་གསུམ་ཡང་ཅི་ཡང་མི་སྒྲུ་བར་འདུག་གོ།

དོན་ནི། བདག་ཅག་གི་སྤིང་ཇི་ཇི་སྤྱོད་ཚུལ་འདིས་བྱེད་ཅག་ཞེན་པ་ལོག་ནས་ཟས་ཀྱང་ཟ་  
མི་རྣམས་ན། གཅིན་རྒྱལ་ཁྱུ་ཁྲག་གིས་གང་བའི་རང་གི་ལུས་འདི་དང་ལྡན་ཅིག་དུ་འང་ཇི་ལྟར་སྤྱོད་བྱས།  
བྱེད་ཆོད་འདྲའི་གཙང་ལྟ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན་ན། སྤྱིས་བྱུང་མ་པ་ནམ་པས་སྤྱོད་པའི་མི་གཙང་  
བ་དོ་ཆ་མེད་པ་དང་། གཞན་བསྒྲུ་བའི་བྱེད་མེད་པ། སྤྱི་གཙང་པ་སོགས་སྤྱི་ལ་གསོག་པ། གཡོ་  
དང་སྒྲུས་ལོག་པར་འཚོ་བའི་སྤྱོད་རན་དེ་དག་མི་སྤྱོད་དོན་ཅི་ཡིན། འདི་ལྟར་མི་འདོད་པའི་རྒྱལ་

བསྐྱེད་མང་པོས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རྟག་རྟག་དྲུང་བར་བྱེད་པ་ལ་རང་གིས་དངོས་སུ་མན་འདོགས་  
 ཐུབ་བཞིན་དུ་རོགས་མ་བྱས་ན་ང་ཚོ་ནི་མངས་དྲག་གསུམ་གྱི་ནད་དྲག་པོ་ལས་ཐར་བའི་ལམ་ཞིག་  
 མེད་ཅེས་པའོ། ཁྱིམ་ཁྱིམ་ལས་ནང་གི་སྤྱོད་ཆས་ཉི་ཆེས་མི་གཙང་བ་དང་ཉེས་པ་ཆེ་བར་བསྐྱོན་དོ།།

ལྷན་མི། ༡ རེས་པའི་དོན་གཞན་བཀོད་པ། ༢ བྱ་བྱེད་འགལ་བའི་ལྷན་ཞེས་འདོད་དེ།  
 བྱེད་པ་པའི་ངང་ཚུལ་དང་དེའི་བྱ་སྤྱོད་གཉིས་འགལ་བ་བརྗོད་པས་སོ།། ༣ རིགས་མཐུན་གཟུགས་  
 ཅན་ལྷན་ཞེས་འདོད་དེ། ཉོན་མོངས་པའི་ནད་དང་ན་ཆ་གཉིས་བྱེད་ལས་མཐུན་པའི་ནད་རིགས་གཅིག་  
 པ་རྒྱར་སྒྲུབ་པས་སོ།།

༤༥ དམ་པས་གཞན་ཕན་སྐྱབ་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་བརྒྱགས་པ།

དེའི་ཆོ་ནང་པ་དེ་དག་པ་བཏུ་པ་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་ས་ལྟོ་མ་གྱིས་བསྟུས་པའི་བཞེན་དཔེ་བས་༥ གྲིས་  
ལྟ་བུར་པ་དེ་དག་ལ་བཞུགས་ཏེ་ཐལ་མོ་གྱུར་ནས་འདི་ལྟར་རྒྱུ་རྒྱུ་དཔེ་བུ་ཡོད། ༥ ( ༡ ཉིང་འཛིན་རབ་ཏུན་གྱིས་)

སྒྲོང་ལ་དཔག་བསམ་གིང་དང་ནད་གྱིས་གདུང་ལ་སྒྲུན་པ་མེད་ས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་དང་མ། །དུབ་  
པའི་མགོན་ལ་ངལ་གསོ་ལ་མ་ཤིང་དག་ལ་ལམ་མ་ཁན་འཛིག་ས་པས་ཉིན་ལ་དབྱགས་འབྱིན་མཆོག་ །འཁོར་  
བ་སྒྲོལ་ལ་དེད་དཔོན་སྤྲིག་པ་འཛོམས་ལ་དཔའ་བོ་འབྲོ་ལ་སྤྲང་མཛད་ཁྱོད་ཅག་ལ། །བདག་ཅག་ཇི་སྲིད་  
འཛོལ་བར་འབྲོ་འཆག་ཉལ་འདུག་ཀུན་ལ་རྟག་དྲུང་ན་པས་ཕྱག་འཆའ་ལོ། ། ༡ །སྐལ་བ་ཆེན་པོས་དུས་  
ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱལ་བར་གྱུར་ཅིག །ཅིས་རྐང་པ་ལ་གདུགས་སོ། །དེ་ནས་གཞོན་ནུ་དག་ཡིད་དགའ་  
བཞིན་དུ་སྒྲོགས་དེ་ཉིད་ནས་ལངས་ཏེ་སོང་ངོ། །

དོན་ནི། སྒྲིང་མཁན་དང་ནད་གྱིས་མཉམ་བཤུགས། དབུལ་སྤོངས། ངལ་བས་དྲུབ་པའི་མགྲོན་  
པོ། ལྷུས་མེད་ལམ་ཁྱིམ་འགྲོམས་མཁན། འཇིགས་པའི་ཉེན་ཁ་ཅན། མདོར་ན་འཁོར་པའི་རྒྱལ་  
བརྒྱུན་མཁའ་དག་ལས་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་ཅིང་། རང་གཞན་གྱི་རྒྱུག་པ་མ་ལུས་འཛོམས་པའི་སྤྱིར་

དུ་འཇམས་དང་མོས་པ་མི་འདྲ་བའི་འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་གང་ལ་གང་པམན་བསྐྱབ་མྱེར་དེ་དང་དེར་སྐྱལ་བའི་  
གཟུགས་སུ་སྒྲུང་བར་མཛད་པའི་སྐྱབས་དང་མགོན་པོ་ནི་ཁྱོད་ཅག་ཡིན་པས། བདག་ཅག་མ་གྱི་བར་  
དུ་བཀའ་ངོན་ངན་བཞིན་ཏེ་གཏུ་ཕྱག་འཆལ་ན། བསོད་ནམས་ཆེན་པོའི་མཐུས་བདག་ཅག་རྣམ་པ་  
ཀླན་ཏུ་རྒྱལ་བར་ཤོག། ཅེས་ཀྱང་པ་ལ་མགོས་གཏུགས་ནས་དད་པས་བཀྱར་རོ། ། ཁེས་སྤོང་རྗེ་ཆེན་  
པོས་གཞན་པམན་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་བསྐྱགས་པའོ།།

རྒྱན་ནི། ཆོས་ཅན་ལ་སྒོམ་པའི་གཟུགས་ཅན་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤོང་བ་ལ་སོགས་པ་ལ་སྒོམ་ནས་  
དཔག་བསམ་གིང་སོགས་ཡིན་པར་བསྐྱགས་པས་སོ།།

གཉིས་པ་བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་བཛྲོད་པ་ལའང་བཞི་སྟེ།

ཀ། ཐོག་མར་རང་བྱུང་ཁོར་ཡུག་གི་བཀོད་པ་ངོ་མཆར་བའི་ཚུལ་བཛྲོད་པ་ནི།

དེ་ནས་རིམ་གྱིས་དོང་དོང་བ་ལས་ཉི་མ་ཡང་ཡོངས་སུ་(རྒྱབ)གྱུར་ཏེ། དེ་ནི་བཙེམ་ལྷན་འོད་ཟེར་  
སྤོང་སྤྱག་ཅན་ཡང་རྒྱབ་གྱི་ལྷན་པོའི་བསྟི་གནས་སུ་ཡུད་ཙམ་ངལ་བསོ་ཞིང་ལྷན་མཆོམས་གྱི་བྱ་མའི་སྤྱག་རྩི་ལ་  
སྤྱག་པར་ཆགས་པའི་བྱོད་གྱི་གཏུང་བའབར་བ་བསེལ་བར་འདོད་པ་བཞིན་དུ་རྒྱབ་གྱི་རྒྱ་གཏེར་ཆེན་པོར་འདུག་  
པར་འདོད་དོ། ༡ དེ་ལ་ཉེ་བར་ཆགས་པའི་རྒྱ་གཏེར་རྒྱས་པའི་ཆལ་དག་གྲང་དེའི་ཕྱི་བཞིན་དུ་འབྲོས་པར་  
དོགས་པའི་ཕྱིར་མཆན་མོ་རྒྱ་བདག་གིས་ཐུན་པའི་རྒྱར་རབ་དུ་བཙུངས་ཏེ། ༢ བདག་ཅག་གྲང་གཞན་དུ་  
འགྲོ་བར་མི་རུས་གྱི། ༣ ཉེ་འཁོར་འདི་ཉིད་དུ་བསྟི་གནས་བཙལ་ཏེ་འདུག་པར་བྱའོ། ཁེས་སྤྲུལ་ནས། རྣམ་  
པར་བཀྲའི་བྲག་རི་དབང་པོའི་གཞུང་གིས་གཏུབས་པའི་དུམ་བུ་བཙེགས་པ་ལྷ་བུའི་བྱ་སྤྱིབས་ཞིག་ཏུ་གནས་  
བཙས་ཏེ་འདུག་གོ། ༤ དེ་ནས་ཐུན་པའི་བྱོད་དུ་སྤོང་བའི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་ལ་ངལ་བསོ་སྟེར་བའི་སོར་མོ་བརྒྱུངས་  
པ་ལྷ་བུའི་འོད་ཟེར་དཀར་པོར་བདུ་འགྲོད་པར་མཛད་པ་རྒྱ་སྐར་རྣམས་གྱི་བདག་པོ་ནི་རྣམ་མཁའི་དགྱིལ་ན་འཛེགས་  
ཏེ་འདུག་པར་མཐོང་བ་དང་། ༥ གཞོན་ནུ་དེ་དག་གཉིད་གྱི་བདེ་བ་ལྷའི་བསམ་པ་གཏན་གྱི་རོ་རྒྱུང་བ་ལྷ་བུ་ལ་  
ཡོངས་སུ་ཆགས་པར་གྱུར་ཏེ། ༡



སྤྱི་དོན་ནི། སོང་སོང་ནས་ཉི་མ་རྒྱུ་འཛིན་ཅེས་དམར་མདངས་དང་བཅས་ཀྱི་མཆོའི་ཁྱེད་  
ལ་འགྲོ་བར་ཉེ་བའི་དུས་སུ། ད་ནི་ང་ཆོ་ཡང་འགྲོ་མི་བྲལ་པས། འདིར་ངལ་གསོ་ས་ཞིག་བཅལ་ནས་  
འདུག་ཟེར་ནས་བརྒྱུད་ཅིང་མཛེས་པའི་བྲག་རི་ཞིག་གི་བྱ་སྤྱོད་ས་སུ་གནས་བཅས་སོ། །དེ་ནས་ཟླ་  
བ་ཡང་ཤར་ཏེ་ནམ་མཁའ་འཕགས་ནས་འོད་དཀར་འཕྲོ་བས་གཞིན་ཅུ་ཆོ་ཡང་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བར་རོལ་  
སོ། །རྒྱ་ནི། ༡ འགྲོ་གཏིང་འཛིན་རབ་ཏྟེག། ༢ སུར་མེད་དཔེའམ་བྱུང་མིན་དཔེ། ༣  
དཔེའི་རབ་ཏྟེག།

### ཁ༣ གཉིད་དང་ལེ་ལོའི་ཉེས་པ་བསྟན་པ་ནི།

དེ་ནས་ཐོ་རེངས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་ཆོ། གཞིན་ཅུ་ལེགས་པའི་སྒོ་བྲོས་ཀྱིས་ལངས་ཏེ་བྲོགས་དག་  
ལ་སྤྱན་པ། ད་ནི་མཚན་མོའང་བྱན་གྱི་ཐ་མར་གྱུར་གྱི་ལོངས་ཤིག །ས་ཕྱོགས་འདི་ཡང་ཆོམ་རྒྱན་དུ་  
མ་རྒྱ་ཞིང་ཡང་བའི་གནས་ཡིན་ཏེ། རི་སྤྱིད་ནམ་ལངས་ཀྱི་བར་མ་གྱུར་པ་དེ་སྤྱིད་དུ་བས་མཐའ་འདི་  
བཞུལ་བར་བྱའོ། །ལྷུར་བར་ལངས་ཏེ་ཤོག་ཅིག ཅས་སྤྱོད་ནས་རྒྱ་བོ་གསུམ་ཕྱོགས་དེ་ཉིད་ནས་ལངས་  
ཏེ་སོང་ངོ། །

ཐོ་རེངས་སམ་ཐོ་རངས། རྒྱ་རེངས་དང་པོའི་དུས། སྤྱན་པ་ནི་བོས་པའམ་སྐད་བཏང་བ།  
མཚན་མོའི་བྱན་གྱི་ཐ་མ་ནི་ནམ་ལངས་ལ་ཉེ་བའི་དུས། བས་མཐའ་ནི། བས་ནི་ཟད་པ་སྟེ། ཁྱོད་  
ངམ་མི་མེད་སའི་ས་སྟོང་ངོ། །ཆོག་དོན་ནི་སྟེང་།

ཕྱོགས་སུ་མ་ནི་མལ་ནས་མགོ་བཏེགས་ཏེ་གཞིན་ཅུ་སྤྱན་པ་ཅན་གྱིས། དུང་འགྲོ་བའི་དུས་ལ་མ་  
བབས་སོ་ཞེས་སྤྱར་ཡང་ཉལ་སོ། །གཉིད་ཀྱིས་ཕྱོགས་པ་དག་ལ་བྱུང་ངམ་བྱའི་གདོལ་མེད་སྟོག་ལ་འང་གཅེས་  
པ་ཡོད་མིན་ཏེ། །བརྟེན་གས་ཀྱང་ནམ་འགྱུར་མེད་ཅིང་བསྐྱོད་ཀྱང་སད་པར་མི་འགྱུར་འབྲུག་སྟོང་གསལ་གྱང་  
ཐོས་མ་ཡིན། །ལུས་ཀྱི་རྩ་མ་པ་བུལ་ལ་ཡིད་ཀྱི་ཏྟེག་དཔྱད་སྤངས་ཀྱང་ང་རོ་མི་སྤྱན་སྤྱོད་གས་སྟོག་ །སྟོན་  
པ་དག་གས་བཅའི་པལ་གས་དུང་འགྲོ་གཞན་ཡང་དེ་ཡི་དཔེ་རྒྱར་བཟོད་པ་མེད། །

དོན་ནི། གཉིད་ལ་དགའ་བ་ནམས་ཀྱིས་བྱ་བ་འདི་བྱ་རྒྱུ་དང་འདི་མི་བྱ་ཞེས་རང་ཉིད་ལ་རང་  
དབང་བའི་བྱ་བ་ཐབས་མེད་ལ་ཐ་ན་གཉིད་ཀྱི་བདེ་བའི་སྤྲད་དུ་རང་སྤྲོག་ལའང་མི་གཅེས། གཞན་ཞིག་  
གིས་བདེགས་ཀྱང་མི་ཆོར་བ་ནམ་འགྱུར་མེད་པའི་བཅའ་པོ་བཞིན་དང་། སུར་ཚུར་བསྐྱོད་པ་དང་འབྲུག་  
སྤོང་ལྷན་ཅིག་གྲགས་ཀྱང་གཉིད་མི་སད། ལུས་ཀྱི་གཡོ་འགྲུལ་སོགས་དང་ཡིད་ཀྱི་རྟོག་དཔྱད་གང་  
ཡང་མེད་པར་གཉིད་རྒྱག་པོ་ཁྲག་ན་ཡང་སྤར་བ་དག་པོ་སྤྲོག་པ་དེ་ལ། སྤྱོན་པ་འཕམ་ཕག་གམ་དུད་  
འགོ་གཞན་སྤུས་ཀྱང་དཔེར་མཆོན་མི་ཐུབ། ནམ་འགྱུར་མེད་ནི། ཆོར་བའི་དབང་གིས་ལུས་ངག་  
གི་ནམ་པར་འགྱུར་བའི་ཉམས་དག་མེད་པ་བཅའ་པོ་འབྲུག་པོ། །འདི་ནི་རབ་སྤེལ་རྒྱན་ཏེ། དང་པོ་  
བྱ་བའི་རང་བཞིན་བརྗོད་པ་དང་། གཉིས་པ་བྱུང་འཕགས་ལུས་བྱུང་། གསུམ་པ་བྱ་བ་འགལ་བ།  
བཞི་བ་ཟླ་བོ་མེད་པའི་དཔེ་ལོ།

སྐབས་དེར་ནམ་མཁའ་ལྷོད་ཆ་ལ་དུ། རྒྱ་སྐར་དགའ་མའི་འཁོར་གྱིས་ནི། ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་  
ཞིང་བཅོམ་ལྷན་པ། ཀྱུན་དགའི་བཞིན་ལྷན་ཡུན་རིང་འབྲུམས། ༡ །ཆགས་པའི་འཕྲུལ་གྱིས་མིག་  
ཟུམ་ཞིང་། བདུད་ཅིའི་བདུང་བས་ཐྱོས་པ་དེ། ཡན་ད་རྩིལ་གྱི་ངོས་འཕམ་ལ། རབ་དུ་འབྲིང་ནས་  
རྒྱ་མཆོར་ལྷང་། ༢ །དེ་མཐོང་མཆི་མའི་བདུད་ཅི་ཡི། ཁྲི་ཀྲོག་རྒྱུ་ལྷན་སྤྲོ་བསངས་མའི། སྐར་  
ཐོང་དོ་ཤལ་རིམ་གྱིས་ནི། སྐྱུ་རིངས་འོད་ཆེན་ཆོས་པོས་བརྒྱས། ༣ །བདག་པོས་བདང་བཞིན་རྒྱན་  
ནམས་དང་། བྲལ་བར་མཐོང་ནས་མཆན་མོ་ཡང་། བྱུང་ན་དག་པོས་ཞུམ་པ་བཞིན། དལ་གྱིས་  
མཐོང་བ་མིན་པར་གྱུར། ༤ །

སྐབས་དེར་ནམ་མཁའ་རྒྱ་སྐར་གྱིས་ཡོངས་སུ་བསྐྱོར་བ་ཀྱུན་འགའི་བཞིན་ལྷན་ཟླ་བ་དེ་གར་  
ནས་ཡུན་རིང་འོད་དཀར་སྤྲོས་མཐར་རིམ་པས་རང་འོད་ཉམས་ཏེ་རྒྱ་མཆོར་རྒྱབ་ལ་ཉེ་བ་ན་ནམ་མཁའ་ལི་  
སྐར་ཆོགས་དེ་སྐྱུ་རིངས་ཀྱི་འོད་ཆེན་པོས་མོག་པོར་གྱུར་ནས་རིམ་གྱིས་མཆན་མོའི་ལྷན་པ་ཡོངས་  
སུ་རྒྱབ་པར་གྱུར་ཅེས་པའོ། ༥ །

རྒྱན་ནི། ༡ །རབ་རྟོག་ལྷན་གཟུགས་ཏེ། རྒྱུང་པ་ཐོག་མ་གཉིས་ལྷན་གཟུགས་དང་། ལྷག་མའི་

ཀུན་དགའ་བཞིན་ཟུག་པ་དེ་རང་གི་དགའ་མ་མུ་སྐར་ལ་བརྟེན་པ་དང་ཟུག་ཁིང་ཡུན་རིང་པོར་འབྱམས་  
 ཞེས་པའི་ཆོག་ནི་ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་གོ། ༡ ཉིང་འཛིན་རབ་རྟོག་ ཁྱིམ་གྱི་འགྲེལ་མི། རང་དང་མུ་  
 སྐར་གྱི་འོད་ཀྱི་བདུད་ཚིམ་ཆོམ་ཁིང་བཟེན་ནས་ཆགས་པའི་འཇུག་མདངས་ཀྱི་མིག་ཀྱང་བུམ་ནས། ཡན་  
 ད་རྟེན་གྱིས་བྱུང་པ་ལྟ་བུའི་ངོས་འཇུག་ནས་མཁའ་ནས་རང་རྒྱུག་ས་མཁའ་བར་རྒྱང་པ་འདྲེད་ནས་མུ་མཆོར་  
 རྒྱུ་ཞེས་པའོ། ༡ གཟུགས་ཅན་རབ་རྟོག། ༢ སེམས་མེད་རབ་རྟོག། ༡

དེ་ལྟར་གྱུར་པའི་ཆེ། སུ་ཤོ་གསུམ་ཡང་གཉིད་སང་པར་གྱུར་ནས་གོས་གྲོན་ཞིང་འགོ་བར་བསམ་  
པ་དང་། སྤྱིན་པོ་མངོན་སུམ་དུ་འོངས་པ་ལྟར། བཞིན་མི་སྤྲུག་ཅིང་མདོག་སེར་སྒྱུ་འདུག་པ། བགས་  
པ་སྒྲིད་པ་ལ་བཅིངས་ཤིང་། དབྱུག་པ་དང་། རལ་གྲི་དང་། དག་སྒྲ་འཛིན་པ། མ་རུངས་པའི་ཤུགས་  
དང་བཅས་པའི་ཆོས་རྒྱན་པ་འགའ་ཞིག། ༡ འདམ་བུའི་ཆ་ལ་དུ་སྒྲུང་པོ་འདུག་པ་ལྟར་དེ་ནི་དུ་སྒྲགས་  
སོ། ༡༢ དང་པོ་ཆོས་རྒྱན་དང་སྤྱིན་པོ་གཉིས་སྒྱུར་པའི་དཔེ་རྟེན། དངོས་ཀྱི་མཆུངས་ཆོས་ནི་ཁ་དོག་དང་  
བགས་པ་སོགས་མཆོན་ཆ་སྒོགས་པའི་ཆ་ཤུགས་དག་གོ། ཁ་མ་དངོས་དཔེ་རྟེན་ཤུགས་ཀྱི་མཆུངས་ཆོས་  
ནི་དགའ་ཞིང་བྲེལ་བས་ལས་སྒྲ་ཤོར་འདུག་པའོ། དཀྱ་རྩ་ནི་ཡུལ་ཡིང་པའི་རྩ་ཡིའི་མཆོན་ཆ་ཞིག །འདམ་  
བུའི་ཆ་ལ་ནི་འདམ་རྩ་དང་པད་མ་སྒྲིས་པའི་ཆ་ལ་ལོ། །སྒྲགས་ནི་སྒྲེབས་པ།

དེ་མཆོང་སྐྱུག་པས་ཟེལ་མནན་པན་ལག་པར་འདར་ཁབ་སྐྱམས་མིག་ནི་རིག་རིག་ལྟ་ཞིང་བརྟན་  
པ་ཉམས། །ལུས་ཀྱི་རྩལ་དང་དག་བྱུལ་དེད་ག་ཤོས་སམ་མི་བཟོད་ཁོ་བ་དག་པོ་དེ་ཆོ་ཞི་གུར་ཉམ། །རང་  
གི་གོ་མ་ཚུགས་བརྟན་པོར་འཛོག་བྱས་མིན་ན་པོལ་དགྲ་ལ་བཙལ་བར་བྱ་བ་ནི་ལྟར་བྱས། །སྙིང་སྟོབས་  
མེད་ཀྱང་ཁོ་བ་རྒྱས་པའི་སྐར་མ་ནམས་ནི་ཉམ་རྒྱང་འཛོམས་ལ་ལྟག་པར་དཔའ་བར་ཟད། །༡༡ དེ་ལྟར་  
ཆོམ་རྒྱུད་དེ་དག་གིས་གཞོན་བྱ་གསུམ་གྱི་གོས་དང་རྒྱན་ལ་སོགས་པ་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་སྟོགས་ཤིང་།  
ལུས་བུམ་ཟེའི་རལ་པ་ལྟར་བཅིངས་པས་ཆོ་དེ་ནམ་པ་སྐྱ་ཆོགས་འདེབས་པར་བྱེད་དོ། །

དོན་མི། ངང་རྒྱུ་པ་དེ་དག་མཐོང་སྟེ། འཇིགས་སྤང་གིས་ཟིལ་གྱིས་མཉན་ནས་རྒྱང་ལག་  
འདར་ཅིང་ཁ་བརྒྱུམས། མིག་ནི་ཡིག་ཡིག་རྒྱ་ཁྲིང་ཡིད་ཀྱི་དཔལ་ཉམས་ཏེ་ཅི་ཤུང་མི་ཤེས་པར་ལུས་

ཀྱི་ཙམ་དང་དག་ཤུལ་གྱི་ཉམས་དང་བཅས་པའི་མི་བཟོད་པའི་སྒོ་བ་དྲག་པོ་དག་ཀྱང་སྐབས་དེར་ནི་  
བར་གྱུར་ཏེ། རང་གི་གོམ་འགྲོས་ཀྱང་བཟན་པོར་འཛོག་མི་རྣམས་ན་ཕ་རོལ་དགའ་ལ་ཇི་ལྟར་འཐབ་  
རུས། གཞིན་རྒྱ་དེ་དག་ནི་སྤིང་སྟོབས་མེད་ན་ཡང་གིན་དུ་སྒྲིབ་པའི་དབང་གིས་སྤར་ནད་པ་ཉམ་  
ཚུང་དག་ལ་ཐུབ་ཆོད་བྱུང་གསོད་བྱེད་པར་དཔའ་བ་ཙམ་དུ་ཟད་དེ་དོན་དུ་སྤར་མ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་  
པས་ཆོམ་རྒྱན་དེ་དག་གིས་འཐབ་མ་དགོས་པར་གཞིན་རྒྱ་གསུམ་གྱི་གོས་དང་རྒྱན་སྒྲིགས་རྒྱ་མོར་ཐམས་  
ཅད་སྒྲིགས་ཤིང་ཐག་པས་བཀྱིགས་པ་ན། དེ་དག་གིས་དུ་དག་དང་བཅས་པའི་སྒྲིག་སྐྱབས་རིགས་  
ཟེར་བ་སྒྲིགས་ཞུ་འཕོད་མང་པོ་བྱེད་དོ།

རྒྱན་ནི། ༡ རིགས་རང་བཞིན་བཟོད་པ། ༢ དངོས་དཔེ། སྤར་མ་ནི་དཔའ་པོའི་སྒྲིག་  
སྒྲིགས། བདོག་པ་ནི་རྒྱ་མོར། ཆོ་ངེ་འདོན་པའམ་འདེབས་པ་ནི་དུ་འཕོད་བྱེད་པའོ།

དེ་ལྟར་ཕན་པའི་དག་ལ་མི་ཉན་ཞིང་གཉིད་དང་ལེ་ལོའི་དབང་དུ་གྱུར་ན་སྒྲིག་གི་ཉན་ཁའང་  
འབྱུང་བའི་ཉེས་པ་བཟན་པའོ།

### ག༡ བཟོད་པའི་ཡོན་ཏན་བཟན་པ་ལའང་།

༡༥ བཟོད་པའི་སྟོབས་སམ་ཕན་ཡོན་བཟན་པ་ནི།

སྐབས་དེར་རྒྱ་བོ་གསུམ་སྟོན་ལ་དོང་བས་ཕྱིར་ཡང་ཡང་བཟུངས་ཀྱང་ཕུ་བོ་གསུམ་འོང་བ་མ་མཐོང་  
བས་འདི་ཅི་ཉེས་ཞེས་སྤར་ལོག་པ་ན། དེ་དག་དེ་ལྟར་གྱུར་པ་མཐོང་ནས། རིངས་པ་རིངས་པར་ཕྱིན་  
པ་དང་། གཞིན་རྒྱ་གསུམ་ལུས་གོ་ཆ་དང་མཚོན་བཟུང་བ་མེད་བཞིན་དུ་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་འོངས་པ་ཆོམ་  
རྒྱན་དེ་དག་གིས་མཐོང་བ་ལས་(མཐོང་བས)། ཏ་ཅང་མ་རངས་ཏེ་ཤུགས་དང་བཅས་པས་རྒྱགས་ནས་  
དེ་དག་གི་ལུས་ལ་ཞགས་པ་བདེ་བ་སྦྱེ་ལ་བར་བརྩམས་པ་ལས་(པས) དྲག་རི་ཆེན་པོ་ལ་ཐག་པ་བདགས་  
པ་ལྟར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་བསྐྱུལ་བར་མ་རུས་ཏེ། ༡ སྤར་གཞིན་རྒྱ་དག་གིས་ལུས་ཅུང་ཟད་བསྐྱོད་པ་ཙམ་  
གྱིས་ཞགས་པ་ནམས་ཀྱང་དུམ་བུ་དུམ་བུར་ཆད་དོ། གི་ལྟ་བུའི་ཆོན་པོ་ཆེའི་སྟོབས་དང་ལྡན་ཡང་ལན་

དུ་གཞོན་པ་མི་བྱེད་ཅིང་། སེམས་རབ་དུ་ཞི་བར་འདུག་པ་མཐོང་ནས་འདིགས་པ་དང་ངོ་མཚར་བའི་སེམས་  
འགཙན་པ་བཞིན་དུ་ཆེར་གཡོས་པར་གྱུར་ཏེ། ༡ །

ཆོག་དོན་གོ་སློབ་ཤིང་། ༡ ཆོས་དཔེ། ༡ ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བཞེད་པ། རིངས་པ་རིངས་པར་  
ནི་མུར་བ་མུར་བར། མ་རངས་ནི་མ་དགའ་བའོ། །ཆོན་པོ་ཆེ་ནི་འདིར་ཡོད་ཤུགས་ཆེན་པོ།

དེ་ཆེ་དག་པོའི་མཐུ་ཡིས་ཟེལ་མནན་མ་གྱུར་སྟིང་སྟོབས་བརྟན་པས་དག་ཡང་ཟེལ་གྱིས་མནན།  
།སྤྱི་བའི་ཞགས་པས་ཡན་ལག་འཆིང་བར་མ་རྟུས་སྟིང་ཇིའི་ཞགས་པས་ཡིད་ནི་དམ་པར་བཅིངས། །ཆོམ་  
རྒྱན་དག་གིས་ཡོ་བྱད་འཕྲོག་པར་མ་སྟོབས་ང་རྒྱལ་མོར་ནི་མ་ལུས་དེ་ཡིས་འཕྲོག་ །སྤྱི་ཞིང་བདུམ་པས་གཞོམ་  
པར་འདོད་པ་དེ་དག་ཞི་ཞིང་དེས་པའི་སྟོང་པས་ཤིན་དུ་བཅོམ། ༡ །མེ་བྱེད་འོད་གྱིས་རྒྱ་མཚོ་སྐྱམ་པར་འདོད་  
དམ་འབར་བའི་མེ་དཔུང་རྩ་ཡི་ཞགས་པས་འཆིང་བའམ། །སྤྱིང་བྱའི་འོད་མ་གྱིས་ནམ་མཁའ་འཇུག་པར་བྱེད་  
དམ་བྱག་རིའི་རྩ་མོ་ཞེའི་རལ་གྱིས་གཅོད་པའམ། །རྩ་ཡབ་རྩུང་གིས་ཡོངས་འདུ་བསྟོན་པར་འདོད་དམ་  
ལྷན་པའི་རྒྱ་བྱོན་ཆུ་བུར་མིག་གིས་ལྟ་བྱེད་དམ། །དམན་པའི་སྟེ་བོས་བདག་ཉིད་ཆེ་རྣམས་གཞོམ་འདོད་དེ་  
དག་རང་རང་ཕམ་བྱེད་ལུགས་བཞིན་རྒྱན་པར་མཚུངས། ༡ །

སྟིང་དོན་ནི། གཞན་དོན་སྦྱབ་པའི་སྟིང་སྟོབས་དང་། དག་ལ་སྟིང་ཇི་དང་བཟོད་པས་རང་  
རྒྱུད་ཞི་བའི་སྟོང་པ་དེ་དག་གིས་ཆོམ་རྒྱན་དག་ཟེལ་གྱིས་མནན་པ་སྟེ། ངན་པ་རྣམས་ཀྱིས་དམ་པའི་  
རྣམ་པར་གཞོན་འདོད་པའི་ལས་ནི་རང་ཉིད་འཕྲང་བར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཉིད་དུ་བརྟན་པ་སྟེ། ཆོག་དོན་  
གོ་སློབ་ཤིང་།

རྒྱན་ནི། ༡ ཀང་པ་བར་མ་གཉིས་ཕྱོག་གཟུགས་དང་། གཞན་གཉིས་གཞི་ཐ་དད་ཀྱི་ཡོན་  
ཏན་འགལ་བ། ༡ སྤྱིང་མིན་མང་དཔེ། ཀང་པ་ཐ་མ་ནི་ཆོས་དཔེའོ།

༡༽ དག་ལ་བཟོད་ཅིང་བརྩེ་བའི་ཚུལ་ནི།

དེའི་ཆེ་ཆོམ་རྒྱན་རྣམས་ཀྱིས་གཞོམ་རྒྱ་དག་གི་ཀང་པ་ལ་གཏུགས་ཏེ། ལྷ་རྣམས་མཁྱེན་པར་

མཛོད་ཅིག །ཁོ་པོ་ཅག་གིས་མི་ལེགས་པའི་འབྲུལ་པས་ནོངས་པ་བགྱིས་པ་ལགས་ཀྱི་བཟོད་པར་མཛོད་  
དུ་གསོལ། འདི་ལྟར་དབུལ་ཞིང་ཟས་དང་བྲལ་བས་མི་ནམས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་འཕྲོགས་ཏེ་འཆལ་བཞི་བདག་  
ཅག་ནམས་ཀྱི་འཆོ་བ་ལགས་ན། གལ་ཏེ་མི་ནམས་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་པས་བདག་ཅག་འཆོ་བ་དང་བྲལ་  
བར་མི་མཛོད་དུ་གསོལ། གཞོན་ནུ་ནམས་ཀྱིས་སྤྲོས་པ། གྲོགས་པོ་དག་དྲངས་བར་མཛོད་ཅིག །དེ་  
ཅག་ལྷ་ཉིད་ཀྱང་མ་ཡིན་གྱི། ཆཅ་པོ་ཆེའི་སྟོབས་དང་ལྷན་ཡང་། བྱེད་ཅག་ལ་གཞོད་པ་གལ་བྱེད། དེ་  
ཅག་གི་སྟོག་དང་བདོག་པ་ཐམས་ཅད་ཅི་དགའ་བར་བྱེད་ལ་བྱིན་གྱི། སྟོ་རྒྱུང་ཞིང་གཞོད་པ་མི་བཟོད་པའི་  
སྐྱོ་པོ་འདི་དག་བཏང་བར་གྱིས་ཤིག །དེ་ལྟར་ན་ནི་ནོར་ཆེན་པོ་དང་བསོད་ནམས་དང་ཡང་ལྷན་པར་འགྱུར་  
རོ། །ཆོས་རྒྱུན་ནམས་ལ་མཆན་དུ་གྱུར་ནས་སྤྲོས་པ། ཨི་མ། སྟོབས་དང་སྟོད་ཚུལ་ལྷ་མི་ལས་འདས་  
མདུག་འདི་འདྲ་སྐྱེ་བའི་འཛིག་རྟེན་གང་ན་ཡོད་པ་སྟོས། ༡ །འཛིག་རྟེན་པ་ནམས་ལུས་སྟོག་སྐྱུང་  
ཕྱིར་གཉེན་ཡང་སྤྲོ་བར་བྱེད་ལ་དག་ལ་ཤ་འཁོན་ཤིན་དུ་བཅོན། །ནོར་དང་སྟོག་ལ་སྟོས་པ་མེད་ཅིང་དག་  
ལ་འཁོན་དུ་མི་འཛིན་གཞོད་བྱེད་ལན་དུ་ཕན་འདོགས་པ། །འཛིག་རྟེན་སྟོད་དང་ཤིན་དུ་འགལ་བའི་བརྟུལ་  
ཞུགས་འདི་འདྲ་སྤྲོ་ཡི་གཞུང་ལུགས་ཡིན་པ་བདག་མི་ཤེས། ༢ །གཞོན་ནུ་ལེགས་པའི་སྟོ་བྲོས་ཀྱིས་  
སྤྲོས་པ། འདི་ནི་འཛིག་རྟེན་སྐྱོ་པོའི་སྟོད་མིན་ལྷ་དང་ཆངས་པས་བཤད་པ་མིན། །བྱུང་དབང་སྤྲོ་མས་  
ངེས་པར་འབྱུང་བ་ལེགས་པའི་ལམ་འདི་དེ་ཡིས་བསྟན། །འཛིག་རྟེན་འདས་པ་ཐར་པའི་ཡུལ་ཉིད་དེ་  
ཅག་དེ་ཡི་རིགས་སུ་སྤྲོས། །དམན་པའི་སྟོ་ཡིས་ཤེས་པར་དགའ་བའི་བརྟུལ་ཞུགས་འདི་ནི་བཟོད་པའོ།།

སྤྱིང་དོན་ནི་དགས་གཞོད་པ་ལ་བཟོད་ཅིང་རྗེས་སུ་བཅེ་བའི་དགའ་བྱུང་མཆོག་སྟེ་ཆོག་དོན་  
གོ་བདེ། འཆལ་བ་ནི་འདིར་ཟ་བ་དང་འབྱུང་བའོ། །དྲངས་བར་མཛོད་ཅིག་ནི་ཡིད་དང་བ་སྟེ་དགའ་  
བར་གྱིས་ཞེས་པ་མིན་ནམ།

རྒྱན་ནི། ༡ ཀར་པ་དང་པོ་བསྐྱར་དཔེ། དཔེ་ཅན་དཔེ་ལས་སྟོག་པར་བརྟུགས་པའི་སྟོ་  
ནས་སོ། ༢ བྱ་བ་འགལ་བ།

༡༥ དམ་པའི་ནམ་ཐར་ལ་དད་ཅིང་བརྟགས་པ།

དེ་སྐད་ཅེས་མདུ་བྱུང་བའི་བཏམ་དང་། མཐུ་ཆེན་པོ་མཐོང་བས་ཆོམ་རྟུན་པ་ནམས་ཀྱང་ཡུན་  
རིང་པོ་ནས་གོམས་པས་སྤྲ་བ་སྤྲིག་པའི་སེམས་ནི་ཞི། དོ་མཆར་བ་དང་དད་པའི་སྤྲེལ་བ་ནི་གསར་དུ་ཐོབ་  
སྟེ། བཅིངས་པ་ནམས་བཀོལ་ཞིང་དབྱགས་ལུང་ལ། མིག་མཆི་མས་གང་བཞིན་དུ་སྤྲུག་འཆལ་ནས་  
སྤྲས་པ། ༡ ཁྱོད་པས་ཡོང་ལ་མིག་ཐུར་གཡང་སར་ལྷུང་ལ་འཆེལ་བ་ཐུན་ནང་འབྲམས་ལ་སྦྱོན་མེ་སྟེ།  
ཆིང་པར་དཀར་བའི་རོར་བྱ་ཕན་པ་སྦྱིན་བྱེད་གཉིན་བཞེས་ཅི་འདོད་འབྱུང་བའི་རིན་ཆེན་གཏོར། ཉོན་  
མོངས་ནམས་ཀྱི་དབྱེ་པོ་འཛིན་ཉེན་དགའ་བའི་འགལ་ལྷ་འཆིང་བ་གཅོད་བའི་མཚོན་ཆ་ཉིད། ཟེལ་གྱིས་  
མི་ཚོས་སང་གི་མཐུ་སྟོབས་སུ་ན་ཆོགས་སྟེ་དབང་རབ་ཞི་བྱུབ་པ་རྒྱལ་གྱུར་ཅིག ༡ བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་  
ནམས་ཀྱིས་སྤྲིག་པ་ཅན་དག་ཡོངས་སུ་སྟོབས་ཤིག དེང་སྤྲན་ཆད་བདག་ཅག་སྟོག་ལ་བབས་ཀྱང་སྤྲིག་  
དོ་དང་ཆོམ་པོའི་ལས་མི་བགྱིད་དོ། ཁེས་སོ།

སྟོང་དོན་ནི། གཞན་གྱི་ཁྱོད་པའི་བར་བྱེད་པ་དང་། ཉེན་ཁ་དང་ལམ་ནོར་ལས་སྟོབ་པ། ཆོད་  
དཀར་ཞིང་ཕན་པ་དང་འདོད་དག་སྦྱིན་པ་པོ། རང་གི་ཉོན་མོངས་སྤོང་ཞིང་གཞན་གྱི་བར་ཆད་སེལ་  
མཁན། གཞན་སྤུས་ཀྱང་ཟེལ་གྱིས་མི་ཚོས་པའི་མཐུ་སྟོབས་སུ་ན་ཆོགས་པ་མངའ་བ་བྱེད་ཅག་  
རྒྱལ་གྱུར་ཅིག སྤྲིག་པ་ཅན་དག་ཡོངས་སུ་སྟོབས་ཤིག སྤྲན་ཆད་བདག་ཅག་སྟོག་ལ་བབས་ཀྱང་  
སྤྲིག་དོ་དང་ཆོམ་པོའི་ལས་མི་བགྱིད་དོ། ཁེས་དམ་པའི་ནམ་ཐར་ཐར་ལ་དད་ནས་བརྟོད་ཅིང་  
རྗེས་སུ་ཞུགས་པའོ།

རྒྱན་ནི། ༡ ཡོན་ཏན་རང་བཞིན་བརྟོད་པ། ༡ ཀྱང་པ་ཐོག་མ་ཆོས་ཅན་ལ་རྟོས་པའི་  
གཟུགས་ཅན་དང་། ལྷག་མ་ནམས་ཁྱད་ཆོས་ལ་རྟོས་པའི་གཟུགས་ཅན་ཁེས་བྱ་སྟེ།

ང་༥ དམ་པའི་མཛོད་འཕྲིན་ལ་བརྟགས་ཏེ་མཐུག་བརྟུས་པ།

སྤྲམས་དེར་ཡ་མཚན་རབ་རྒྱས་པའི། །ཡུལ་དེ་གསལ་ལ་བར་བྱེད་པ་བཞིན། །འཆར་ཁ་འོད་གྱི་

དཔའི། ཤར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་ནམ་མཐོ་པར་མཛོམས། ༡ ཁེངས་ལྷན་ཀྱན་དཔེ་བཞད་གད་གྱིས། སྦྱིངས་  
 པའི་མིག་ཟུམ་འདམ་སྦྱིས་ནམས། དབུགས་འབྱིན་བྱེད་པའི་འཕྲིན་ཡིག་དག། གསེར་གྱི་སྦྱ་གུས་  
 འདྲི་བ་བཞིན། ༢ དེ་ནས་མེ་ཤེལ་ལོར་བྱ་ཡི། ཁང་པ་བརྟེགས་པ་རབ་འབར་ཞིང་། འོད་ཟེར་སྟོང་  
 སྒྲག་འཁོར་གྱིས་ནི། ཡོངས་བསྐྱོར་ཉིན་མོའི་དབང་ཕྱག་ཤར། ༣ པད་མོའི་འབྲུང་གནས་དགའ་  
 བསྐྱེད་ཅིང་། མི་ནམས་ལོངས་སྟོན་བགྱི་བའི་སྤང། འཛིག་རྟེན་ཀྱན་གྱི་དབང་གྱུར་པ། སྦྱི་འགྲོའི་  
 མིག་གཅིག་མཛོན་པར་གསལ། ༤ རྩ་འཕྲུལ་ཆེ་ཞིང་མཐུ་སྟོབས་ལྡན། ཆ་ཟེར་འབར་བའི་སྤྲུག་  
 བྱེད་ཅིང་། རྩ་བའི་མཚོན་ཚོགས་རབ་སྟོབས། གཟི་བུང་ཕྱང་པོ་མཚན་མོའི་དབྱ ༥ དེ་མཐོང་  
 མཚན་མོ་རྒྱ་བ་དང་། ལུན་པའི་དམག་དབྱང་མཉམ་དུ་བྲོས། སྤང་བྱེད་ཚོགས་གྱི་སྐལ་པ་དང་། ཀྱན་  
 དཔེ་ཁེངས་པ་ལྷན་ཅིག་བཙོམ། ༦ །

དོན་ངེས་བཞིན་པ་ནི། སྐབས་དེར་ཡ་མཚན་པའི་ཡུལ་དེ་ཀྱན་ལ་གསལ་བར་བྱེད་པའི་ཉི་མ་  
 འཆར་ཁའི་སྦྱ་ལོངས་ཀྱི་འོད་ཟེར་ཤར་ཕྱོགས་ནས་འཕྲོས་ཏེ་རིམ་པས་འོད་རྟོང་འབར་བའི་ཉི་མ་མཁའ་  
 རུའཕགས་པ་དང་པད་མའི་དགའ་ཚལ་ནམ་པར་བྱས་ཤིང་མི་ནམས་ཀྱང་མལ་ལས་ལངས་ཏེ་རང་རང་  
 གི་འཚོ་བར་ལོངས་སྟོན་འགོ་ཚུགས། སྐབས་དེར་མཚན་མོ་རྒྱ་བའི་སྤྲུག་བྱེད་གདོན་འདྲེའི་རིགས་  
 དང་ལུན་པ་དག་ཡོངས་སུ་ཡལ་ཞིང་སྤང་བྱེད་སྐར་ཚོགས་ཀྱི་འོད་ཀྱང་རིམ་པས་ཉམས་ཏེ་ཀྱན་དཔེ་  
 མེ་ཏོག་གི་ཁ་ཡང་བྱུམ་མོ།

བྱན་ནི། ༡ ངང་ཚུལ་རབ་རྟོག་གམ་ནམ་འགྱུར་རབ་རྟོག ༢ ཁྲིང་འཛིན་རབ་རྟོག ༣  
 འདྲིའི་ཆོག་དོན་ནི། མདང་དགོང་ཟླ་བ་ཤར་བའི་དུས་ན་ཁེངས་པ་དང་ལྷན་པའི་ཀྱན་དཔེ་མེ་ཏོག་  
 བཞད་པའི་གད་མོས། ངོ་ཆ་ནས་མིག་ཟུམ་སྟེ་འདབ་མ་འཁྲུམས་པའི་པད་མ་ནམས་ལ། དེ་ནི་དགའ་  
 བར་གྱིས་ལ་འདབ་མ་ཕྱེ་ཤོག ཁེས་པའི་འཕྲིན་ཡིག་དག་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་གསེར་གྱི་སྦྱ་གུས་འབྲི་  
 བར་བྱེད་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་པའོ། ༡ ངག་དོན་གཟུགས་ཅན། ༢ ནམ་འགྱུར་རབ་རྟོག ༣



ཀྱའི་རབ་ཏོག་ ཡོན་ཏན་དུ་མ་དང་ལྷན་པའི་འོད་ཀྱི་མཆན་ཆོགས་རབ་ཏུ་སྒྲིབ་ར་བྱེད་པས་ན་གཟེ་  
བཅོད་ཀྱི་ཡུང་པོ་མཆན་མོའི་ལུན་པ་འཛོམས་པའི་དབྱ་ཡོན་ནོ། ཞེས་རྒྱུ་ལ་རྒྱ་མཆན་བཀོད་ནས་  
ཏོག་བཏགས་བྱས་པས་སོ། ལ བྱ་བ་ལྷན་ཅིག །

དེ་ཆེ་སྤྱི་གདང་ལུན་པ་ཞི་ཞིང་མཆན་མོ་རྒྱ་དང་ཆོམ་རྒྱ་སྤྲངས་པར་བྱས། བཅོས་བཟུང་  
པའི་རྒྱ་སྤྲངས་ཆོགས་དང་ཞགས་པས་བཅིངས་པའི་སྒྲིབ་ལྷན་ཅིག་གོལ། དཔལ་ལྷན་འོད་ཟེར་སྤོང་ལྷག་  
ཅན་དང་བསོད་ནམས་ཆོགས་པའི་མཐུ་ནི་མད་བྱུང་ཞེས། ཡ་མཆན་མང་པའི་སྤང་བ་རྒྱས་པས་སྒྲིབ་གྲོ་  
སྤང་ཅི་སྤོད་ནམས་དར་དེར་སྒྲོག ༥ འདི་ནི་རབ་སྤེལ་རྒྱན་ཏེ། ཐོག་མ་གཉིས་བྱ་བ་ལྷན་ཅིག་  
བཅོད་པ་དང་། གསུམ་པ་ཡོན་ཏན་ལ་བཟུགས་པའི་རང་བཞིན་བཅོད་པ། ཐ་མ་དག་དོན་ལྷན་གཟུགས་  
ཅན་དང་། ཡང་རྒྱང་པ་ཐ་མ་གཉིས་སྤོམ་ནས་སེམས་ལྷན་རབ་ཏོག་སྟེ། ཡ་མཆན་མང་པའི་འོད་སྤང་  
གེ་གཟུགས་སུ་བྱས་ཤིང་དེ་རབ་ཏུ་རྒྱས་པ་ལ་བཅེན་ནས། སྒྲིབ་གྲོའི་བྱང་བ་དགའ་ནས། འདི་ནི་  
ཉི་མ་དང་རྒྱལ་སྤྲས་དག་གི་མཐུ་མད་བྱུང་པའི་ཞེས་དབྱངས་སྤན་སྒྲོག་པར་གོ་དགོས་པས་སོ།

འདི་འོ་ཆོག་དོན་ཅུང་འགྲེལ་ན། སྐལ་བ་བཟང་པོ་དེའི་ཆེན་འདི་རྩ་སྟེ། ཆོམ་རྒྱ་དེ་དག་  
མང་དོར་ལ་ཆོངས་པའི་རྒྱ་འཕྲོག་གི་སྤྱི་པའི་ལས་ནམས་དང་འགྲོ་བའི་ལམ་བསྐྱབས་པའི་མཆན་མོའི་  
ལུན་པ་གཉིས་ལྷན་ཅིག་ཞི་བར་བྱུར་པ་དང་། མཆན་མོ་རྒྱ་བའི་འབྱུང་པའི་འོ་ཆོགས་དང་ཆོམ་རྒྱ་  
དེ་དག་ངོ་ཆ་བར་བྱས། ཟེལ་བའམ་སད་ཀྱིས་བཟུང་བའི་རྒྱ་སྤྲངས་ཆོགས་དང་ཞགས་པས་བཅིངས་  
པའི་རྒྱ་པོ་གསུམ་པོ་དག་ཀྱང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་གྲོལ་བ་སོགས་ངོ་མཆར་བའི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་འོད་སྤང་རབ་  
ཏུ་རྒྱས་པས། སྒྲིབ་སྤྲང་བུའི་བྱུ་ནམས་ཀྱིས། འདི་ནི་གཟེ་དཔལ་འོད་ཟེར་སྤོང་ལྷག་ཅན་གྱི་ཉི་མ་  
དང་བསོད་ནམས་ཡོངས་སུ་ཆོགས་པའི་རྒྱལ་སྤྲས་དག་གི་མཐུ་སྤྲངས་མད་བྱུང་བའི་ཞེས་སྤན་པར་  
སྒྲོག་གོ། ཅེས་སྐབས་དེའི་ཡུལ་ཆོངས་ཀྱི་བཀོད་པ་དང་ཡུལ་དེར་གནས་པའི་མི་སྤྱོད་དག་གི་ཡོན་  
ཏན་བཅས་པ་ལྷན་ཅིག་ཏུ་མཆུངས་པར་བཅོད་ཆུལ་མཛུས་པའོ།

དེ་ལྟར་ཆོས་རྒྱན་དེ་དག་སྤྲིག་པའི་ཚེ་པ་དོར་ལ། (ཅིང) ངོ་མཆར་པའི་བདུད་རྩིས་ཆེས་ཆེས་པར་  
གྱུར་པ་མཐོང་བས། ༡ སྤྲིས་བྱ་ཆེན་པོ་དག་ཀྱང་མགྲ་ཞིང་ཡིད་བདེ་བར་གྱུར་ནས་སྤྲན་ནམས་འགྲོགས་  
ཏེ་རང་གི་གྲགས་པས་ཡོངས་སུ་གང་བའི་ཡུལ་ནམས་སུ་རྒྱ་ཞིང་བདག་ཉིད་ཀྱི་གནས་སུ་སོང་ངོ་།

༢ དོན་མང་བརྒྱུས་པའི་གཟུགས་ཅན་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཆོས་རྒྱན་དེ་ཆོས་རྒྱ་འཕྲོག་སྟེགས་  
རྩྭ་པའི་ལས་ལ་འབད་པའི་བྱ་བ་སྤངས་ཤིང་རྒྱལ་སྤྲས་དག་གི་མཛད་རྫོད་དང་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་བཅས་  
པའི་ཡོན་ཏན་ངོ་མཆར་བ་མང་པོའི་བདུད་རྩིས་ཡིད་ཆོས་པའི་ངང་རྒྱལ་དག་མཐོང་ནས། ཞེས་རྩྭ་  
མ་དག་གོ་སྟོན། ༣ རྩན་གྲགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་གང་བ་ཞེས་པ་ནི་ཏིང་འཛིན་ཡོན་ཏན་ནོ།

བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་དཔག་ལས་དཀའ་ཐུབ་བང་རིམ་མཐོ་ཞིང་དགེ་ལེགས་སུ་མ་རྩེན་ཆོག་གི་རྟེན།  
ལེགས་བྱས་རྒྱ་གཏེར་དབུས་གནས་དེས་པའི་རོལ་མཆོར་བདུངས་བརྟུལ་ཞུགས་རི་བདུན་དག་གིས་བསྐྱོར།  
གཞོད་པའི་རྒྱང་པོས་མི་གཡོ་ཁོང་ཁྲོའི་འདམ་རྒྱལ་ཞིང་སྤྲིག་པའི་ངམ་གྲོག་ནམས་ལས་དབེན། གྲགས་  
པའི་ནམ་མཁའ་མངོན་འཕགས་བཟོད་པའི་ལྷན་པོ་དེ་ཡི་ཡ་མཆན་བརྟེན་གྱིས་ག་ལ་ལང་། ༡

འདི་ནི་ངག་དོན་མཐའ་དག་གཟུགས་ཅན་ཏེ། དོན་རིམ་བཞིན་པ་ནི། རྩན་བསགས་བསོད་ནམས་  
རྒྱ་ཆེ་ཞིང་ཆོ་འདིར་ཆོས་ལ་བརྩོན་པའི་དཀའ་ཐུབ་རྩན་པ། འདི་ཕྱི་འདི་གེ་ལེགས་ཀྱི་གཞི་དགེ་བར་གནས་  
ཤིང་རྫོད་ལམ་དུ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྫོད་པ་དང་རྩན་པས་ན་གཞན་གྱི་གཞོད་པས་མི་ཚུགས་ལ། རང་  
རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྲོ་བྲལ་ཞིང་རྩྭ་པའི་ལས་ཡོངས་སུ་སྤངས་པའི་རྩན་གྲགས་རྒྱན་ཏུ་བྱུང་བ། བཟོད་པའི་མ་  
རོལ་ཏུ་ཕྱིན་པ་དེ་ཡི་ཡ་མཆན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་བཤད་ན་མི་ཆར་ཅེས་པ་འོ། ༡

དེ་ལྟར་ལུས་ཅན་ནམས་ནད་སྤྲོ་ཆོག་གི་འཕྲུང་གནས་ཡིན་པ་དང་། ཁོང་ཁྲོའི་ཉེས་པ་བསྟན་  
པ་དང་། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་ནི་གཞོད་པ་དང་སྤྲུག་བསྐྲུལ་བ་ལ་སྦྱོར་བ་དང་འབྲུགས་པའི་སེམས་མེད་ཅིང་  
དག་ལའང་ཕན་པར་བྱེད་པ་འོ། ཞེས་བཟོད་པའི་རང་བཞིན་མདུ་བྱུང་བ་ཡོངས་སུ་བརྟེན་པ་ལའང་སྤྲོ་  
བར་བྱའོ། རབ་ཏུ་བྱེད་པ་བཞི་པ་འོ། རབ་བྱེད་བཞི་པའི་ནང་དོན་མདོར་བསྟན་པ་འོ།

༡༡། །ལེ་ཐོ་ལྷ་སྒྲངས་རྒྱལ་པ་ཀུན་གསལ་མེ་ལོང་ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

ཨི་པ་བསོད་ནམས་རིན་ཆེན།

(དུས་དེབ་གོང་མའི་འཕྲོ།)

གཉིས་པ། མཆོད་བཞོད་དང་དམ་བཅའ།

མཆོད་བཞོད་ནི། བསྟན་བཅོས་རྩོམ་པ་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའམ་རྩོམ་པ་མཐར་སྦྱིན་  
པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་དུ་ཡིན་ཅིང་། ལེ་ཐོ་རྒྱལ་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་སྒྲོར་ཚུལ་ལ་ལྟོས་པའི་  
མཆོད་བཞོད་ཀྱང་རྒྱལ་བསྐྱུས་མི་འདྲ་ལ། བཞོད་དོན་དང་བཞོད་བྱའི་ཐད་ལའང་ལེ་ཐོ་རྩོམ་  
པ་པོའི་རྣམ་དཔྱད་ཐ་དད་དབང་གིས་སྟན་ཟབ་ཅི་རིགས་མཆིས།

སྒྱིར་གཞུང་ལེ་རྒྱལ་པའི་ནང་རྩ་བའི་མཆོད་ཡུལ་རྣམས་གཅིག་མཚུངས་སུ་ངེས་པའང་།  
ཐོག་མར་ལུགས་གཉིས་འཛིན་པའི་བྱེད་པོ་ལ་རྒྱལ་དབང་སྐྱེ་སྤེང་རིམ་བྱོན་ལ་མཆོད་པའི་དོན་  
ཆོགས་བཅད་སུམ་གླིང་ཅན་གཅིག་དང་། དེ་རྗེས་སྟོན་པ་བྲུག་ཐུབ་པ། འཇམ་དཔལ་དབྱངས་  
ཆངས་སྲས་མ། དབང་ཐུག་ཡབ་ཡུམ། རིགས་ལྡན་རིམ་བྱོན། ཐོན་མེས་གཙོ་བྱས་ལོ་རྒྱུ་  
བ་རྒྱ་འབྲོག་གོང་སོགས། ཅིས་རིག་བསྟན་འཛིན་སྦྱེས་བྱ་རིམ་བྱོན། རང་གི་རྩ་བའི་གླ་མ་  
དང་ཆོས་སྦྱིང་སྤྱང་མའི་ཆོགས་ལ་བསྟོད་པའི་སྒོ་ནས་གིས་པ་བཞོད་པ་སོགས་སོ།།

དམ་བཅའ་ནི། ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བའོ། །ཚུམ་པར་དམ་བཅའ་བ་ནི་ཚུམ་པའི་ལས་  
ལ་སྦྱིད་མི་ལྷག་པ་དང་། བཅུམ་བྱ་དེ་ངས་པར་མཐར་སྦྱིན་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་ཞེས་ཁས་སྒྲུངས་  
པའི་བཅོད་དོན་ཞིག་ཡིན།།

### གསུམ་པ། བསྟན་པའི་ཚིས་ཀྱི་ནམ་གཞག །

བསྟན་ཚིས། ཞེས་པ་སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ཁྱད་པར་ཅན་དང་བསྟན་པའི་གནས་ཆད། བསྟན་  
འཛིན་སྟེས་བྱ་རིམ་བྱོན་གྱི་འབྲུངས་འདས་སྟེ་ཅ་ཆེའི་དུས་བཅུ་བའི་ཚིས་རིག་པའི་ནམ་གཞག་  
ལ་བཅོད། གཞུང་ལའི་ནང་བསྟན་ཚིས་བཤད་པའི་སྐབས་སྤྲུག་ལྟ་བུ་གྱི་བཞེད་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་  
ཐོག་སྟོང་ཆེན་འདས་ལོ་དང་། སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ཁྱད་པར་ཅན། མདོ་ལྟ་བུ་བསྟན་པའི་གནས་  
ཆད། བསྟན་འཛིན་སྟེས་བྱ་རིམ་བྱོན་གྱི་འབྲུངས་འདས་དང་མཛད་དུས། (མཛད་པ་བཞེས་པའི་དུས་  
ཁྱད་པར་གྱི་) དུས་འཁོར་བསྟན་པའི་གནས་ཆད་བཅས་ས་བཅད་ནམ་པ་ལྟ་ཡི་སྟོན་མ་བསྟན་ཡོད།

### གཅིག །སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ཀྱི་ལོ།

༡༥ སྟོང་ཆེན་འདས་ལོ། སྟོང་ཆེན་ལོ་ཚོགས་ཞེས་པ་ནི་འབྲུང་བཞིའི་དཀྱིལ་  
འཁོར་དང་བཅས་པའི་སྟོན་གྱི་འཛིན་ཆེན་ཆགས་ཆེས་ཉི་མ་ལ་སོགས་པའི་གཟའ་ནམས་རང་རང་  
གི་སྐར་ཁྲིམ་སྟོང་དུས་སྤྱིའི་རིམ་པས་སྟེས་པ་དེ་ནས་བཟུང་བར་མ་ཆད་པར་འཁོར་བས། གཟའ་  
ཀུན་གྱིས་རང་རང་གི་དཀྱིལ་འཁོར་ལོངས་སྤྱད་དེ་མཐར་གཅིག་དུ་སྟོང་པར་ཞུགས་པའི་བར་ཇི་  
ཅམ་འགོར་བའི་ཡུན་གྱི་ལོ་ཚོགས་(སྟོང་ཆེན་དཀྱིལ་འཁོར་) ལ་བཅོད་པ་ཡིན།

སྐབས་སུ་ལོ་ཚོགས་འདི་འདས་མཆོམས་སྟོན་པ་རྩམས་སུ་ཞུགས་ཞེས་པ་འདྲ་། ཚིས་

རིག་པས་གཏན་ལ་དབབ་པའི་སྤྱོད་ཆེན་གཅིག་གི་ལོ་ཆོགས་ལས་སྐབས་སུ་ལེ་ལྷངས་དེ་ཙམ་འདས་  
མཆམས་སྤོན་པ་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་། སྤྱོད་ཆེན་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྩིས་རིག་  
པའི་ཐ་སྙད་གཅིག་ཡིན་ཅིང་། དེ་ལ་སྤོང་པ་ཞེས་པ་གཟུང་གང་ཡང་རང་གི་སྤྱིས་སྐར་སྤོང་ནས་  
སྤྱི་བ་དང་རང་བཟོད་འགོ་རྩིས་ལ་ཉེ་བའི་མཆམས་རང་རང་གི་དྲགས་ལོངས་ཅི་ཡང་མ་སྤྱད་པ་སྤོང་  
པར་སྐར་བ་ལྷ་ཤུའི་དོན་ནམ། ཡང་ན་གཟུང་གང་རང་རང་གི་སྤྱིས་སྐར་ལས་བརྒྱམས་ཏེ་རང་  
གི་དྲགས་ལོངས་དཀྱིལ་འཁོར་ལོངས་སུ་སྤྱད་ཟེན་ཏེ་སྐར་སྤྱིས་སྐར་སྤོང་སྤོངས་པ་བཟོད་ཐོག་མར་  
རྩིས་ལ་ཉེ་བའི་གནས་སྐབས་དེ་མ་ཐག་ཏུ་བརྗོད་པ་དང་། ཆེན་པོ་ཞེས་སྐབས་སུ་གཟུང་གཅིག་  
ཙམ་མ་ཡིན་པར་གཟུང་ཀྱན་དུས་གཅིག་ཏུ་ཞུགས་པས་སོ།།

འདི་ལ་ཁ་ཅིག་ཟླ་བ་གསར་དུ་བྱུང་བ་ནས་ཞེས་མཁའ་ལ་ཟླ་བ་འཁྱུང་དུས་ནས་ངོས་བཟུང་  
བར་འདུག་ཀྱང་འདི་ནི་ངོས་པ་གསལ་བ་མ་ཡིན་ཏེ། རྩིས་གཞུང་ལས་རགས་པ་གཟུང་ནམས་རང་  
རང་གི་སྤྱིས་སྐར་གསུངས་པ་ཙམ་ལས་ཉེ་ཟླ་སོ་སོ་དུས་དེ་ཙམ་ན་སྤྱིས་སོ་ཞེས་གསལ་མེད་པའོ།།  
སྤྱིར་ནང་གི་རྩ་འདབ་ཁྱེ་སྤྱིས་པའི་རིམ་པས་ཤིའི་རྩ་སྐར་ཉེར་བརྒྱད་ལ་སོགས་པའི་སྐར་ཕྱེན་  
དུང་ཕུར་ཤེ་བ་ས་ཡ་སྤོན་དུ་བྱུང་བ་དང་། ཉི་མ་དང་། ཟླ་པ། དམར་པོ། རྩྭ་པ། ཕྱུར་ཕྱ།  
སྤོན་པ། ཟླ་གཅན། རྩ་དུ། དུ་མ་དུག་བཙས་པའི་གཟུང་ནམས་སྤྱིས་སུ་བྱུང་བར་མི་འགལ་མོད།  
སྤོང་ཆེན་འདས་ལོ་ནི་གཟུང་ནམས་སྤྱིས་རྗེས་དེས་སྐར་བྱིམ་གོ་ལར་སྤྱོད་པའི་ཡུལ་ལོངས་ཞིག་  
ཡིན་པས་རང་རེའི་རྩིས་རིག་པའི་གཞུང་ལས་ཉེ་ཟླ་གཟུང་སྐར་དུས་ནམ་བྱུང་གི་ལོ་གངས་ཞིབ་པ་  
གསུངས་མེད་ཀྱང་རགས་པ་སྤོང་ཆེན་འདས་ལོ་འདི་ཙམ་གྱི་སྤོན་དུ་བྱུང་བར་སྤྱིས་ན་ཕུང་རིགས་  
གཉིས་ཀས་འགལ་མེད་དུ་བྱུང་བུང་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཞེས་པ་ལྟར་གསལ་མེད།

གཞུང་ལེའི་ནང་གཟུང་ནམས་སྤོང་པར་གཞུག་ཤུའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལོ་ཆོགས་ལས་ལོ་གངས་  
༡༣༧༧༦༡༣༧༦༦༧༧༧༧༦༧༧༧ (དྲམ་བརྒྱ་གསུམ་ཁྲག་ཉེར་བདུན་དང་དུང་ཕུར་ཤེ་བ་བཞི་  
ས་ཡ་ཁྱེ་དང་། ཆེག་འབུམ་བདུན་བྱི་བདུན་དུག་སྤོང་དགྲ་བརྒྱ་བརྒྱ་ཆ་གཉིས་) འདི་ཙམ་འདས་

རིས་སྟོན་པ་རྩམས་སུ་ཞུགས་པར་བསྟན་ཡོད།

ཁ། སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ཁྲད་པར་ཅན།

སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ནི་སྟོན་པ་དུས་ཇི་ཙམ་ལ་རྩམས་སུ་ཞུགས་པ་དང་། དུས་ཇི་ཙམ་ལ་སྐྱེ་བརྩམས་པ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ། རྒྱ་མེད་བྱང་ཚུབ་རྟེན་པ། བཀའ་བདེན་བཞི་གསུངས་པ། ཆོ་འབྲུལ་མཛད་ཆེན་བཞེས་པ། དུས་འཁོར་གསུངས་པ། གཟུགས་སྐྱེ་བསྐྱེས་པ་བཅས་པའི་མཛད་དུས་སོ་སོ་ནས་ལེའུ་ཐོ་སྤེལ་ལོ་ (འདིར་རབ་བྱུང་བཅུ་བདུན་པའི་ཆུ་ཡུག་ཡི་ལོ་ ༡༠༠༩ བར་གྱི་འདས་ལོ་དཔེ་མཚན་དུ་བཀོད་ཡོད།) བར་ལོ་གྲངས་ཇི་ཙམ་འདས་པ་བསྟན་ཡོད་རུང་། ཞིབ་པ་འདིར་ཡིག་ཚོགས་ལ་འདིགས་ཏེ་བཀོད་མེད་ཅིང་། ལེའུ་ཐོར་གཟིགས་ན་འང་མཁྱེན་མ་ཐུབ་པ་མེད། གཤམ་འཁོད་རེའུ་མིག་ཏུ་གཟིགས།

༩། །སྟོན་པའི་མཛད་དུས་ཁྲད་པར་གསལ་བའི་རེའུ་མིག་བཞུགས་སོ། །

མཛད་པ།	མཛད་དུས།		
	འབྱུང་ལོ།	ཡི་ཚྲིན།	འདས་ལོ།
རྩམས་སུ་ཞུགས།	ས་ཡུག	༧༦༣	༡༧༦༤
བརྩམས་པ།	ཚུགས་སྤྱི་ལོ།	༧༦༡	༡༧༦༣
རབ་ཏུ་བྱུང་བ། ༡༧	ས་བྱི།	༧༩༩	༡༧༩༥
སངས་རྒྱས་པ། ༣༥	ཤིང་རྟ།	༧༩༧	༡༧༩༧
བཀའ་དང་པོ་གསུང་།	ཤིང་རྟ།	༧༩༧	༡༧༩༧
ཆོ་འབྲུལ་མཛད་བཞེས། ༥༦	ཤིང་ལོས།	༧༠༦	༡༧༠༦
དུས་འཁོར་གསུངས། ༡༡	ཚུགས་འབྲུག	༡༡༡	༡༧༡༡
གཟུགས་སྐྱེ་བསྐྱེས། ༡༡	ཚུགས་འབྲུག	༡༡༡	༡༧༡༡

## གཉིས། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་དངོས་བཤད་པ།

༡༡། །བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ལ་མདོ་ལྷགས་དང་སྒྲགས་ལྷགས་ཀྱི་བཙེ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་  
གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ཐོག་མར་མདོ་ལྷགས་བསྟན་པའི་གནས་ཆད་འཆད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་  
བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ཅེས་པ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པའི་བསྟན་པ་འདི་ཉིད་འཇིག་  
རྟེན་འདིར་དུས་ཡུན་རིང་ཐུང་ཇི་ཙམ་གནས་པའི་ཡུན་ལ་བརྟེན། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་འདི་  
བཞིན་གདུལ་བྱའི་སྒྲུབ་འོས་སྟོན་ཏེ་ཆད་འདི་ཙམ་གནས་སོ་ཞེས་སྟོན་པ་ཉིད་ཀྱིས་མདོ་སྒྲགས་  
སོ་སོའི་སྡེ་ལས་བཞེད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་བསྟན་ཡོད་པ་ལས་འདིར་སྟོབ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་དང་  
འཇམ་དཔལ་གྲགས་པའི་དགོངས་འགྲེལ་ལྟར་མི་ལོ་ལྷ་སྟོང་དུ་གནས་པར་གསུངས་པ་གཙོ་བོར་  
སྟོན་པའི་ཐོག་འདས་ལྷགས་ཀྱི་གངས་ཇི་ཙམ་ཡོད་ཅི་བ་ལ།

༡༢། ཅིས་འགོ། སྟོན་པའི་གནས་ཆད་མི་ལོ་ལྷ་སྟོང་གསུངས་པ་དེ་སྟོན་པས་བདེན་བཞིའི་  
ཆོས་བསྟན་པ་ནས་འགོ་འཛིན་པ་དང་། སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་རྗེས་འགོ་འཛིན་པ་སོགས་  
ཀྱི་འདོད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་ཀྱང་འདིར་ལྷགས་ཐུ་མ་ལྟར་སྟོན་པ་ཐུང་ན་ལས་འདས་རྗེས་འགོ་  
འཛིན་པ་འཐད་ལྟར་དུ་བཟུང་སྟེ་དེ་ནས་མི་ལོ་ལྷ་སྟོང་བར་གྱི་ཡུན་ནི་མདོ་ལྷགས་བསྟན་པའི་  
གནས་ཆད་དུ་ངེས་དགོས་པ་ཅིས་འགོ་ནི་མདོ་སྒྲགས་གཉིས་ཀར་མཚུངས་སོ། །

༡༣། དབྱེ་བ། སྟོན་པའི་གནས་ཆད་མི་ལོ་ལྷ་སྟོང་དུ་གསུངས་པ་འདི་ཉིད་ལྷ་བརྒྱ་ཕྲག་གསུམ་  
རེས་ལེའུ་རེར་བྱས་པའི་ལེའུ་གསུམ་དང་ལྷ་བརྒྱ་ཕྲག་གཅིག་པོ་ལེའུ་གཅིག་དུ་བྱས་པའི་ཁྱོན་ལེའུ་  
བཞིར་དབྱེ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་། དང་པོ་ཡེ་ཤེས་ཁོང་ཆུད་ལེའུ། གཉིས་པ། སྟོབ་དུས་ཀྱི་ལེའུ།  
གསུམ་པ། ལྷང་གི་ལེའུ། བཞི་པ། རྟགས་ཙམ་འཛིན་པའི་ལེའུ་བཅས་སོ། །

༡༥ ཡེ་ཤེས་ཁོང་ཚུད་ལེའུ་ལ་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་རེ་རེས། དག་བཅོམ་དང་།  
སྤར་མེ་འོང་། ལྷན་ཞུགས་བཅས་ཀྱི་དུས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཏེ་འདི་ལ་འབྲས་བུའི་ཆོས་གཙོ་  
མོར་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བཞེད་པས་ཡེ་ཤེས་ཁོང་ཚུད་ལེའུ་འཇམ་མཁོན་པར་རྟོགས་པའི་དུས་  
གསུམ་ཞེས་བཞེད་དོ། །

༡༦ ལྷུབ་དུས་ཀྱི་ལེའུ་ལ་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་རེ་རེར་ཡང་། ཤེས་རབ་དང་།  
ཏིང་འཛིན། ལྷུའི་ཁྱིམ་ས་བཅས་ཀྱི་དུས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་འདི་ཡུན་བསྐབ་པ་དེ་གསུམ་  
གཙོར་སྟོན་པ་མང་དུ་བྱུང་བས་ན་ལྷུབ་དུས་ལེའུ་ཞེས་བཞེད་དོ།

༡༧ ལུང་གི་ལེའུ་ལ་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གསུམ་ཡོད་པ་ལས་རེ་རེར་ཡང་། མངོན་པ་དང་། མདོ་  
སྡེ། འདུལ་བ་བཅས་ཀྱི་དུས་གསུམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་སོ་སོར་སྡེ་སྟོན་དེ་ཉམས་སུ་སྟོན་པ་མང་དུ་  
བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ལུང་གི་ལེའུ་ཞེས་བཞེད་དོ། །

༡༨ རྟགས་ཙམ་འཛིན་པའི་ལེའུ་ནི་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུའི་ཐ་མ་ཡིན་ཏེ། འདི་ལ་རབ་བྱང་རྟགས་  
ཙམ་མ་གཏོགས་སྐབ་པ་དང་། ལུང་གཉིས་གཟུགས་བརྒྱན་དུ་སྦྱོད་པས་ལྷ་སྦྱོད་ན་ལ་མ་མེད་  
པའི་སྤྱིར་རྟགས་ཙམ་འཛིན་པའི་ལེའུ་ཞེས་བཞེད་དོ། ཞིབ་པ་གསལ་འཁོད་རེའུ་མིག་ལས་  
རྟོགས་སོ། །

དེ་ལ་འདིར་སྟོན་པའི་གནས་ཆད་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་བཅུའི་རྣམ་དབྱེ་དག་རེའུ་མིག་ལས་  
ནས་བཞུ་བདེར་བཀོད་པ་( མོག་ངོས་ཕྱི་མར་གསལ ) ལས་ངེས་པར་འཆལ།

### གསུམ། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ཀྱི་འདས་ལུས་བཅི་བ།

སྟོན་པའི་གནས་ཆད་དང་བཅི་འགོ་འཛིན་ལྷུའི་རྟོགས་རྗེས་ད་ནི་གནས་ཆད་དེ་ལས་  
ལེ་ཐོ་སྤེལ་དུས་བར་ཇི་ཙམ་འདས་པ་ཟིན་པ་དང་། མ་འོངས་ཇི་ཙམ་ལྷག་ལུས་སུ་འགྱུར་བའི་  
བྱངས་བཅི་བ་ཡིན། འདིར་སྟོན་པ་བྱུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལེ་ཐོ་སྤེལ་ལོ་བར་ཀྱི་འདས་ལོ་



བཀོད་པ་ནི་བསྟན་པའི་གནས་ཚད་ལས་ཇི་ཙམ་འདས་པའི་ཡུན་ཡིན་དེ། བསྟན་པའི་གནས་ཚད་དེ་བཞིན་སྟོན་པ་མུ་ངན་ལས་འདས་ནས་བཙི་འགོ་བཟུང་བའི་ཕྱིར་རོ།།

དཔེར་ན། རབ་གནས་ཐུ་ལུག་ལོའི་སྟོན་པ་མུ་ངན་འདས་ལོའི། སྟོན་པའི་མངོན་དུས་སྐབས་བཤད་ཟིན་པ་ལྟར་མི་ལོ་ ༡༡༩༩ ཡིན་ཅིང་། འདི་ནི་སྟོན་པའི་འདས་ལོ་ཡིན་པས་དེས་གནས་ཚད་མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱ་ལས་འབྲི་བས་ལྷག་མི་ལོ་ ༡༡༡༧ ལྷ་བརྒྱ་བཞི་བསྟན་པའི་ཚད་ཇི་ཙམ་ལུས་པའི་གྲངས་ཡིན་ཅོ།།

དེ་ཡང་ཞིབ་པ། དུས་དབྱེའི་སྐབས་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་རེས་དུས་རེ་དང་ཕྱག་གསུམ་རེ་ལེའུའི་བདག་ཉིད་དུ་ཅིས་པ་ལྟར། སྐབས་སུ་དབྱ་བཅོམ་དང་ཕྱིར་མི་འོང་། ལྷ་ལྷགས་བཅས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཁོང་ཆུད་ལེའུའི་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གསུམ་དང་། ལྷ་དུས་ལེའུ་ལས། ཤེས་རབ། ཉིང་འཛིན་གཉིས་པོའི་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་གཉིས། གསུམ་པ་ཚུ་ལ་ཁྲིམས་ལས་ ༡༩༩ འདས་པ་བསྟན་དོ།།

༧། བསྟན་པའི་གནས་ཚད་ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་བརྒྱའི་རྣམ་དབྱེ།			
ལྷ་བརྒྱ་ཕྱག་	དུས་དབྱེ།	ལོ་གྲངས།	ལེའུ།
༡ དབྱ་བཅོམ།	འབྲས་བུ་གསུམ།	༥༠༠	ཡེ་ཤེས་ཁོང་ཆུད་ལེའུ།
༢ ཕྱིར་མི་འོང་།		༥༠༠	
༣ ལྷ་ལྷགས།		༥༠༠	
༤ ཤེས་རབ།	བསྟན་པ་གཙོར་སྟོན།	༥༠༠	ལྷ་དུས་ཀྱི་ལེའུ།
༥ ཉིང་འཛིན།		༥༠༠	
༦ ཚུ་ལ་ཁྲིམས།		༥༠༠	
༧ མངོན་པ།	སྟོན་སྟོན་སྟོན་པ།	༥༠༠	ལུང་གི་ལེའུ།
༨ མདོ་སྟོན།		༥༠༠	
༩ འདུལ་བ།		༥༠༠	
༡༠ རབ་དྲུང་ནགས་ཙམ་ལས་ལྷ་སྟོན་རྣམ་མེད་པ།		༥༠༠	ནགས་ཙམ་འཛིན་པའི་ལེའུ།

### བཞི། བསྟན་འཛིན་སྒྲེས་བུའི་མཛད་དུས་དང་འབྲུངས་འདས་མོགས།

བསྟན་འཛིན་སྒྲེས་བུའི་མཛད་དུས་དང་འབྲུངས་འདས་ཀྱི་བསྟན་ཅིས་འདི་བཞིན་སྟོན་པ་མྱ་ངན་ལས་  
འདས་ཇེས་མདོ་སྒྲགས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཇི་ལྟར་བརྒྱད་ཚུལ་དང་བསྟན་པ་དེ་འཛིན་གྱི་སྒྲེས་བུའི་ལྟར་ཕྱོག་ཚུལ།  
འབྲུངས་འདས། བྱད་པར་དུས་འཁོར་བསྟན་འཛིན་སྒྲེས་བུའི་(ཆོས་ཀྱི་ལ་རིགས་ལྡན་ནམས་ཁྱིར་ཕྱོག་  
ལོ་)འབྲུངས་འདས་དམིགས་སུ་བཟུང་སྟེ་བཀོད་ཡོད་པ་དེ་ཡང་གཞུང་ལེའི་ནང་བསྟན་པ་ནམས་རེ་བུ་མིག་  
བརྟེ་བདེ་ཟུར་དུ་བཀོད་ཡོད་པ་དེར་གཟིགས་པར་འཆོལ།

### ལྔ་པ། རྒྱུད་ལུགས། (དུས་འཁོར་བསྟན་ཅིས་) བསྟན་པའི་གནས་ཆད་བཤད་པ།

དེ་ཡང་སྤར་སྤང་བེན་པ་ལྟར་བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ལ་མདོ་རྒྱུད་ལུགས་གཉིས་ལས་མདོ་  
ལུགས་བསྟན་པའི་གནས་ཆད་སྤང་བེན་ཏེ་ད་ནི་སྐབས་སུ་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པའི་གནས་ཆད་བཤད་  
པ་ལ་གཉིས་ཏེ། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ཐུན་མིན་སྒྲི་བཤད་པ་དང་། གནས་ཆད་དེ་དག་གི་  
དུས་བཞི་པོ་རེ་རེའི་ཆད་བཤད་པ། དེ་ཡི་སྤང་ནས་འདས་ལུས་བརྩི་བའོ།

༡༥། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་ཐུན་མིན་སྒྲི་བཤད་པ་ལ། དེ་ཡང་དུས་འཁོར་རྒྱུད་  
ལས་དྲག་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱི་བསྟན་པའི་གནས་ཡུན་དང་། འོག་མིན་པའི་ཞག་རེའི་ཆད་མཉམ་  
པར་གསུངས་ལ། འོག་མིན་པའི་དབུགས་རེ་དང་མིའི་ལོ་རེ་མཉམ་པས་ས་དུམ་བུ་བརྩུ་གཉིས་  
སུ་བསྟན་པ་གནས་ཡུན་མི་ལོ་ཉིས་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དུག་བརྩུ་སྟེ། ལོ་གྲངས་དེ་ལ་བརྩུ་གཉིས་ཀྱིས་  
ཕྱི་བའི་ཐོབ་ཚོར་ལ་སྟོང་བརྒྱད་བརྩུ་རེ་འབྱུང་བ་ནི། དུམ་བུ་བརྩུ་གཉིས་སོ་སོར་བཀོས་པའི་  
དུམ་བུ་རེ་རེའི་ཕྱི་དར་གྱི་གནས་ཆད་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྟེ། སྟོང་གསུམ་ལ་(༥༩༠༠)  
རེ་གནས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྟོང་དབུས་མ་འདིར་གཞིར་བྱས་ལ། སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་  
འདས་ཤྲུག་སེའི་ཉིད་ཀྱིས་ཅ་རྒྱུད་(ཡེ་སྟོན་༡༩༡)བསྟན་ནས་རྩ་སྟོང་(ཡེ་ལོ་༦༣༩) མ་བཞུགས་  
བར་ལ་ལོ་ ༡༥༠༩ འདས་པ་དེ་སྟེང་རྩ་སྟོང་གནས་ཆད་ ༡༩༠༠ འམ་དྲག་པོ་འཁོར་ལོ་

ཅན་གྱིས་(རབ་བྱུང་ཉེར་བཞིའི་ཆུ་ལུག་ཡེ་ལོ་ ༡༤༡༤)ཆོས་བསྟན་པའི་བར་གྱི་གནས་ཚད་  
༡༥༠༠ དེ་བསྟན་པས། ༡༡༠༤ ཅི་སྟོ་སྒྲིང་གི་སྤྲ་དར་ཆད་ཡིན་ལ་སྤྱི་དར་རིགས་ལྡན་  
དག་པོས་སྐྲོ་བཅོམ་སྟེ་གསོས་པའི་ཆད་ཡིན་པས་དེ་ཡུན་མིང་ལོ་ ༡༥༠༠ བསྟན་པས་  
༡༡༠༤ ཅི་དུམ་བུ་འདི་ཁོ་ནའི་དུས་འཁོར་གྱི་བསྟན་པའི་གནས་ཚད་དུ་གསུངས་སོ། །སྟག་མའི་  
དུམ་བུ་བརྒྱ་གཅིག་དུ་ཅི་སྤྲ་དར་སྤྱི་དར་གཉིས་ཀྱི་འདུ་སྐྱོང་དང་བརྒྱད་བརྒྱར་མཚུངས་སོ། །  
དེ་ཡང་དུས་འཁོར་བསྟན་ཆུང་སྤྱི་ལེ་སྤྱིང་འཛིན་ཉེར་དུག་པར། ལོ་འདི་ནས་ཅི་དུག་  
བརྒྱའི་ལོ་ལྷིས་གསལ་བར་མེ་བདག་གྲགས་པ་གམ་རྩ་ལ་ཞེས་བྱ་བར་བྱུང་། དེ་ནས་སྐྱ་ཡི་ལོ་  
བརྒྱ་རྒྱུ་ལྷིས་ཀྱིས་ངེས་པར་མ་ཁོའི་ཡུལ་དུ་སྐྱོའི་ཆོས་དག་རབ་དུ་འཇུག་ ཚེས་པའང་འབྲེལ་ཆེན་  
ལས། དེ་བཞིན་གསལ་པའི་དུས་ནས་ལོ་དུག་བརྒྱ་ན་འཇམ་དཔལ་གྱི་དུས་སོ། །དེ་ནས་ལོ་  
བརྒྱད་བརྒྱ་ན་སྐྱོའི་དུས་སོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདིར་རིགས་པ་སྟོན་པས་བསྟན་པའཁོར་  
ཆོས་(དུས་འཁོར་ཙ་ཆུང་)བསྟན་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་ལྷ་བཟང་གིས་བསྟན་པའི་འཕྲིན་ལས་རྫོགས་པ་  
ནས་ལོ་དུག་བརྒྱ་འདས་པ་ན་རིགས་ལྡན་འཇམ་གྲགས་པ་གམ་རྩ་ལའི་ཁྲིར་བྱོན་པ་དང་། དེའི་  
ཁྲི་ལོ་རྫོགས་ནས་ལོ་བརྒྱད་ཀྱི་འདས་མཚམས་རིགས་ལྡན་ཀྱི་མཆོ་རྒྱལ་གྱི་སྐབས་སྐྱོའི་ཆོས་  
འཇུག་པར་གསུངས་ལ། སྐྱོའི་འདིའི་བསྟན་པའི་གནས་ཚད་ཅི་སྤྱིང་འཛིན་བརྒྱ་དང་རེ་དུག་པར།  
དེ་ལྟར་དུམ་བུ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡང་དུས་བཞིའི་དུས་སུ་སྐྱོའི་ཆོས་ཅི་རབ་དུ་འཇུག་པ་སྟེ། ལོ་  
ཅི་བརྒྱད་དང་བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་དུ་ངེས་པར་གནས་དེ་དེ་ནས་སྐྱོའི་ཆོས་ཅི་ཉམས་པའོ། །ཞེས་  
སྐྱོའི་བསྟན་པའི་གནས་ཚད་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱར་གསུངས། དེ་ཡང་དུག་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱིས་སྐྲོ་  
སྐྲོ་བཅོམས་པའི་བར་ཡིན་དེ་འདིར་དུག་པའི་ལུགས་ལྟར་རབ་བྱུང་ཉེར་བཞིའི་ཆུ་ལུག་(ལེ་  
ལོ་༡༤༡༤)བར་དུ་ངེས་པས། རང་ལུགས་བསྟན་པའི་སྤྲ་དར་ཀྱང་སྟོན་པ་འདས་ནས་རིམ་པར་  
རྒྱ་བཟང་གི་ལོ་གསུམ་དང་། དེ་རྗེས་ཆོས་ཀྱི་ལོ་དུག་གི་ལོ་བརྒྱ་རེ་ཚེས་པས་དུག་བརྒྱ། རིགས་  
ལྡན་འཇམ་གྲགས་ཀྱི་ཁྲི་ལོ་བརྒྱ། དེ་རྗེས་རིགས་ལྡན་བརྒྱད་ཀྱི་བརྒྱད་བརྒྱ་དང་བཅས་རིམ་པར་



༣༩། །དཔལ་དུས་འཁོར་ལས་གསུངས་པའི་གམ་གླ་ལའི་ཁྱི་རབས་ཆོས་ཀྱི་རིམ་ཕྱོག་།				
རྒྱལ་གཞི།	ཆོས་ཀྱི་རིགས་ཆུན།	དུས།		མངའ་པ།
		ལེ་སྟོན།	འབྲུང་ལོ།	
རྒྱག་ཁྱེད།	༡༣༽ དཔེས་གཉེན་བཟང་།	༡༣༩	མིང་ཁྱི།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཁྱི་པ་མེལ།	༡༣༽ རིན་ཆེན་ཕུག་	༡༣༩	མིང་འབྲུག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཁེངས་ཁྱེད་	༡༤༽ ལུང་འཕྲུག་གླུ་ས།	༡༣༩	མིང་ཁྱིལ་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
རམ་སྟེང་།	༡༥༽ ཅི་མ་གྲགས།	༤༣༩	མིང་ཁྱི།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
དཔེག་དཀྱ	༡༦༽ བེན་ཏུ་བཟང་པོ།	༥༣༩	མིང་འབྲུག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཕུག་རྟོར།	༡༧༽ རྒྱ་མཚོ་རམ་ཀྱེལ།	༦༣༩	མིང་ཁྱིལ་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
གཞིན་མཐར།	༡༨༽ རྒྱལ་དྭགས།	༧༠༦	མེ་ཁྱི།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
རམ་སྟེང་།	༡༩༽ ཅི་མ།	༡༠༣༧	མེ་ལོས།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
རྒྱག་ཁྱེད།	༢༠༽ རྒྱ་ཆོགས་གཟུགས།	༡༡༣༧	མིང་འབྲུག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཁྱི་པ་མེལ།	༢༡༽ ཟླ་ལོད།	༡༣༣༧	མེ་ཕག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཁེངས་ཁྱེད།	༢༢༽ མཐའ་ལས།	༡༣༣༧	མེ་ལོས།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
རམ་སྟེང་།	༢༣༽ ས་སྟོང་།	༡༤༣༧	མེ་ལུག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
དཔེག་དཀྱ།	༢༤༽ དཔལ་སྟོང་།	༡༥༣	མེ་ཕག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ཕུག་རྟོར།	༢༥༽ སེ་རྟེ།	༡༦༣༧	མེ་ལོས།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
གཞིན་མཐར།	༢༦༽ རམ་གཞོན།	༡༧༣༧	མེ་ལུག་	ཁྱི་ར་ཕེབས།
ས་སྟེང་།	༢༧༽ རྩལ་པོ་ཆེ།	༡༩༡༦	མེ་ཁྱི།	ཁྱི་ར་ཕེབས།
རྒྱགས་ཁྱེད།	༢༨༽ མ་འགག་པ།	༡༩༣༧	མེ་ལོས།	ཁྱི་ར་ཕེབས།

༡༡། །དུས་འཁོར་ལུགས་མ་འོངས་རིགས་ལྡན་རིམ་བྱོན་གྱི་བསྟན་ཅིས།					
རྒྱལ་གཞི།	རིགས་ལྡན།	དུས།			མངོན་པ།
		ལེ་སྟོན།	རབ་བྱུང་།	འབྱུང་ལོ།	
སྤྱི་ལེ་ལ།	༡༧༥ མི་ཡི་སྟེ།	༡༠༡༧	༡༧	མི་ལུག	ཁྲིར་ཕེབས།
མཁའ་སྤྱིང་།	༡༠༥ དབང་ལྷུག	༡༡༡༧	༡༧	མི་ལོས།	ཁྲིར་ཕེབས།
ལྷག་དོར།	༡༡༥ མཁའ་ཡས།	༡༡༡༧	༡༡	མི་ལོས།	ཁྲིར་ཕེབས།
འངས་དཔལ།	༡༡༥ འཁོར་ལོ་ཅན	༡༡༡༧	༡༡	མི་ལུག	ཁྲིར་ཕེབས།
འངས་དཔལ།	༡༡༥ འཁོར་ལོ་ཅན།	༡༤༡༤	༡༤	ཆུ་ལུག	ལྷ་སྟོ་བཅོམ།

## ཁ༡། བསྟན་པའི་གནས་ཆད་དེ་དག་གི་དུས་བཞི་ལོ་རེ་རེའི་ཆད་དང་ འདས་ལུས་གྱི་བཅི་ཚུལ་བཤད་པ་ལ།

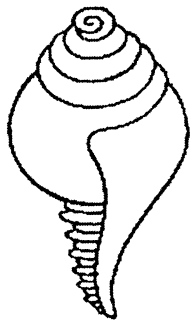
འདི་ལ་དུས་བཞི་ཞེས་པ་སྤྱི་དར་སྤྱི་དར་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ལས་རེ་རེ་ལའང་། རྩོགས་  
ལྡན། ལྷུ་ལྡན། གཉིས་ལྡན། རྩོད་ལྡན་བཞིར་འགྱུར་བ་ཡིན། སྤྱིང་འདིའི་སྤྱིང་རྩི་  
སྟོན་པས་ཅ་ཆུད་གསུངས་པ་ནས་དྲག་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱིས་ལྷ་སྟོའི་དཔུང་བཅོམས་པའི་བར་  
གྱི་ཡུན་ལ་བརྟེན་དེ། དེ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་མི་ལོ་ ༡༡༠༤ ཆད་དུ་འགྱུར་ལ། སྤྱི་  
དར་ནི་རིགས་ལྡན་དྲག་པོས་ལྷ་སྟོའི་དཔུང་བཅོམ་རྗེས་སྤྱིང་བཞིར་གསོས་པའི་ཆད་ལས་བཅི་  
དགོས་པས་སྐབས་སུ་སྤྱིང་དཔུང་མ་འདིར་མི་ལོ་ ༡༥༠༠ ཆད་དུ་གྱུར་བ་ཡིན། དེ་ལ་  
དུས་བཞི་རེའི་གནས་ཆད་མཉམ་པར་གསུངས་པས་སྤྱི་དར་གྱི་གནས་ཆད་ ༡༡༠༤ དེ་ནིང་  
བཞིས་སྤྱི་བས་ ༡༡༤ ནི་སྤྱི་དར་གྱི་རྩོགས་ལྡན་དང་། ལྷུ་ལྡན། གཉིས་ལྡན། རྩོད་ལྡན་  
རེའི་ཆད་དུ་འགྱུར་ལ། སྤྱི་དར་གྱི་གནས་ཆད་ ༡༥༠༠ དེ་ནིང་གོང་བཞིན་སྤྱི་བས་མི་ལོ་

༤༥༠ རི་ཕྱི་དར་གྱི་རྫོགས་ལྡན། སུམ་ལྡན། གཉིས་ལྡན། རྩོད་ལྡན་རེའི་ཚད་དུ་ཉོགས།  
 རྒྱང་འདྲིའི་སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་ཀའི་ཚད་ནི་མེ་ལོ་ ༥༡༠༤ ཡིན།

<p>༡༡། དུས་འཁོར་བསྟན་པའི་གནས་ཚད་ཀྱི་འདས་ལུས།</p> <p>(རབ་བྱུང་བརྒྱ་བདུན་པའི་རྒྱ་ལུག)</p>					
<p>རྩི་རྒྱུང་དབུས་                          མའི་བསྟན་པའི་                          གནས་ཚད་མི་                          ལོ་༥༡༠༤                          གཞིར་བྱས།</p>	བསྟན་པ།	དུས་བཞི།	ཡུན་ཚད།	འདས་པ།	ལུས།
	སྤྱི་དར། ༡༡༠༤	རྫོགས་ལྡན།	༡༡༦	༡༡༦	
		སུམ་ལྡན།	༡༡༦		
		གཉིས་ལྡན།	༡༡༦		
		རྩོད་ལྡན།	༡༡༦	༤༠༡	༤༡༥
	ཕྱི་དར། ༡༡༠༠	རྫོགས་ལྡན།	༤༥༠		
		སུམ་ལྡན།	༤༥༠		
		གཉིས་ལྡན།	༤༥༠		
		རྩོད་ལྡན།	༤༥༠		

གཞན་ཡང་། དུས་བཞི་པོའི་ཚད་དང་དེ་སྟེང་ནས་འདས་ལུས་ཀྱི་གངས་བརྩི་བ་ལ།  
 རྒྱང་འདྲིའི་སྤྱི་དར་ནི་རྫོགས་པས་ཅ་རྒྱུད་(ཡེ་ལོ་ ༡༡༡)གསུངས་པ་ནས་འཛིན་པས་དེ་ནས་  
 ལེ་བོ་སྤྱེལ་ལོ་(ཡེ་ལོ་ ༡༠༠༣ བར་མེ་ལོ་ ༡༡༡༣ མོང་བ་ནི་འདས་པའི་གངས་ཡིན་  
 ཅིང་། འདི་ཉིད་སྤྱི་དར་གྱི་གནས་ཚད་ ༡༡༠༤ ནས་འབྲེ་བས་མེ་ལོ་ ༤༡༡ རི་མེ་འོངས་  
 ལུས་པའི་སྤྱི་དར་གྱི་ཚད་ཡིན་ནོ། རྟེན་ལ་ཞིབ་པ་འདས་ལོ་ ༡༡༡༣ དེ་ཉིད་དུས་སྤྱི་དར་གྱི་

དུས་བཞིའི་ཚད་ ༡༢༤ གྱི་དབྱེ་བས། རྫོགས་ལྡན། སུམ་ལྡན། གཉིས་ལྡན་གསུམ་གྱི་  
ཡུན་མི་ལོ་ ༡༤༥༤ འདས་པ་དང་ད་དུང་ཚོད་ལྡན་སྤང་ནས་ ༡༠༥ འདས་མ་འོངས་  
༡༢༡ འདས་ཆེ་སྤང་དེའི་སྔ་དར་གྱི་གནས་ཚད་རྫོགས་པས་དཀ་པོ་འཁོར་ལོ་ཅན་གྱིས་སྒྲ་སྒྲིའི་  
ཆོགས་བཅོམ་དེ་ཕྱི་དར་དར་རོ། །









**SHERIG JOURNAL**

DEPARTMENT OF EDUCATION (CTA)  
GANGCHEN KYISHONG  
DHARAMSALA-176215  
H.P. INDIA